

LAPORAN INDIVIDU

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) UNY 2016

LOKASI SMP N 3 KALASAN

Sidokerto, Purwomartani, Kalasan, Yogyakarta

Semester Khusus Tahun Akademik 2016/2017

15 Juli – 15 September 2016



Disusun oleh :

Yusfi Ashar Hanafi

13601241038

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

2016

HALAMAN PENGESAHAN

Setelah mendapatkan pengarahan dan bimbingan, maka laporan PPL individu yang disusun oleh:

Nama : Yusfi Ashar Hanafi
NIM : 13601241038
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu keolahragaan

Diajukan sebagai hasil akhir dari pelaksanaan program PPL Universitas Negeri Yogyakarta di SMP Negeri 3 Kalasan dari tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 september 2016, hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Demikianlah pengesahan ini saya berikan semoga dapat di pertanggungjawabkan sebagaimana mestinya.

Kalasan, 10 september 2016

Dosen Pembimbing PPL

Guru Pembimbing PPL

Drs. Amat Komari, M.Si.

Drs. Hadi Purnama

NIP. 196204221990011001

NIP.196501011998031008

Mengetahui,

Kepala

Koordinator PPL

SMP Negeri 3 Kalasan

SMP Negeri 3 Kalasan

Moh Tarom, S.Pd
NIP. 196206101984121006

Dra. Setyarini

NIP. 196808281995122005

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum, Wr.Wb.

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan begitu banyak rahmat dan hidayahNyakepada kita semua, sehingga penulis dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)Universitas Negeri Yogyakarta periode 2016, yang bertempat di SMP Negeri 3 Kalasan berlangsung sesuai dengan jadwal yang ditentukan, yakni mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016 dan pada akhirnya laporan ini dapat tersusun dengan baik dan lancar.

Laporan ini disusun sebagai tugas akhir pelaksanaan kegiatan PPL yang telah dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan serta merupakan cakupan dari hasil pengamatan (observasi), kegiatan dan pengalaman selama pelaksanaan PPL. Hingga pada akhirnya semua kegiatan PPL dapat terlaksana dengan baik.

Kegiatan PPL ini tentunya dapat terwujud dengan segala bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin menghaturkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta beserta jajarannya.
2. Pusat Pengamalan Lapangan dan Praktik Kerja Lapangan (PP PPL dan PKL) LPPMP UNY.
3. Ibu F.X. Diah Kristianingsih,S.Pd.,M.A , M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan Pamong UNY tim SMP N3 Kalasan.
4. Drs.Amat Komari, M.Si.,selaku Dosen *Micro Teaching* dan Dosen Pembimbing Lapangan PPL yang telah banyak memberikan arahan, kritik, saran, masukan,danbimbingan kepada saya terkait proses belajar mengajar dan pengelolaan kelas.
5. Bapak Moh Tarom, S.Pd, selaku Kepala SMP Negeri 3 Kalasanyang telah mengijinkan kami untuk mendapatkan pengalaman mengajar di SMP Negeri 3 Kalasan.
6. Ibu Drs. Setyarini selaku Koordinator PPL SMP Negeri 3 Kalasan, yang telah membimbing dan mengarahkan kami selama di sekolah.
7. Drs. Hadi Purnama, guru pembimbing mata Penjas yang telah memberikan banyak arahan terkait pengelolaan kelas dan

pengembangan kemampuan mengajar kepada saya.

8. Guru beserta staff karyawan SMP N 3 Kalasan yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang telah mendukung terlaksananya PPL UNY 2016.
9. Bapak dan Ibu tercinta yang selalu memberikan dorongan moril serta materiil.
10. Siswa-siswi SMP Negeri 3 Kalasan khususnya kelas IX B , IXC, dan IX D yang telah memberikan pengalaman dan pelajaran berharga kepada saya.
11. Rekan-rekan PPL UNY 2016 SMP Negeri 3 Kalasan atas seluruh kerjasama, kebersamaan, dan seluruhnya.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan pelaksanaan kegiatan PPL ini belum sempurna, untuk itu kami mengharapkan kritik, saran dan masukan yang bersifat membangun, guna perbaikan laporan ini. Semoga laporan ini dapat bermanfaat, bagi pembaca pada umumnya dan penyusun pada khususnya. Aamiin

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Kalasan, 10 September 2016

Penyusun,



Yusfi Ashar Hanafi

NIM. 13601241038

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL..... i

HALAMAN PENGESAHAN ii

KATA PENGANTAR iii

DAFTAR ISI v

ABSTRAK..... vi

BAB I PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi 1

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL 7

BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan 10

B. Pelaksanaan 12

C. Analisis Hasil Pelaksanaan 17

D. Refleksi Pelaksanaan 20

BAB III PENUTUP

A. Kesimpulan 21

B. Saran 22

DAFTAR PUSTAKA 24

LAMPIRAN..... 25

Abstrak

Oleh :

Yusfi Ashar Hanafi

13601241038

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta merupakan mata kuliah wajib yang ditempuh oleh mahasiswa kependidikan. Kegiatan PPL merupakan kesempatan bagi mahasiswa untuk mempraktikkan ilmu yang bersifat teoretis yang diterima di perkuliahan. Mahasiswa diberikan kesempatan untuk mengaplikasikan teori-teori tersebut dan sekaligus mencari ilmu yang bersifat faktual, tidak sekedar teoritis seperti pada saat kegiatan perkuliahan. Kegiatan PPL dapat bertujuan untuk mendapatkan berbagai pengalaman mengenai proses pembelajaran dan kegiatan dalam lingkungan sekolah yang digunakan sebagai bekal bagi calon tenaga pendidik yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan ketrampilan yang digunakan sebagai tenaga pendidik.

Pelaksanaan PPL ini dilakukan dengan mengajar di kelas selama kegiatan pembelajaran di sekolah tersebut sesuai jadwal yang sudah ditentukan. Pengajaran di kelas pada kegiatan PPL ini diharapkan dapat dilakukan minimal 6 kali pertemuan. Dalam pelaksanaan PPL di SMP 3 Kalasan sudah memenuhi 6 kali Pertemuan dengan mengajar di 4 kelas yaitu kelas IX A, IX B, IX C dan IX D. Metode yang digunakan dalam pengajaran di kelas antara lain, diskusi, tanya jawab, ceramah, observasi, demonstrasi. Media yang digunakan mahasiswa PPL antara lain, LCD, laptop

Program PPL selain sebagai wahana untuk pelatihan dan pembelajaran bagi mahasiswa, juga menjadi usaha Universitas Negeri Yogyakarta untuk turut berkontribusi dalam mentransformasikan nilai-nilai kependidikan kepada sekolah tersebut. Dengan terlaksanakannya program PPL ini diharapkan dapat menciptakan tenaga pendidik yang profesional serta mampu memenuhi 4 kompetensi guru.

BAB I

PENDAHULUAN

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) per tanggal 15 Juli - 15 September 2016, yang masuk dalam mata kuliah maupun masuk dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu pengajaran atau pendidikan. PPL merupakan usaha peningkatan kualitas dan efisiensi proses pembelajaran terkait dengan pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlansungnya pembelajaran. PPL merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta sebagai suatu kegiatan latihan kependidikan yang dilaksanakan oleh mahasiswa program studi kependidikan. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan dan mengaplikasikan kemampuan yang dimiliki dalam kehidupan nyata di sekolah.

Sebelum kegiatan PPL dilaksanakan, mahasiswa terlebih dahulu diberikan bekal yaitu pembekalan mikro, pembelajaran mikro, kegiatan observasi di sekolah, dan pembekalan PPL. Kegiatan pembelajaran mikro dilakukan dengan teman sebaya dan didampingi oleh DPL. Kegiatan observasi di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di kelas beserta kelengkapan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran. Pengalaman yang diperoleh selama PPL diharapkan dapat dipakai sebagai bekal untuk membentuk tenaga kependidikan yang profesional.

A. ANALISIS SITUASI

SMP Negeri 3 Kalasan berlokasi di Dusun Sidokerto, Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta. Sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan belajar mengajar yang terdapat di SMPN 3

1. Kondisi Fisik

a. Ruang Kelas

Jika dilihat dari kondisi fisik atau bangunan SMP Negeri 3 Kalasan ini memiliki 12 ruangan kelas 4 ruang kelas VII, 4 ruang kelas VIII, 4 ruang kelas IX. Adapun fasilitas-fasilitas yang tersedia di setiap kelasnya adalah sebagai berikut:

1. Kursi siswa sejumlah 32
2. Meja siswa sejumlah 32
3. Kursi guru sejumlah 1
4. Meja guru sejumlah 1
5. LCD
6. Layar Proyektor
7. Lemari

8. Kipas Angin
9. Ruang mading kelas atau pengumuman
10. Papan tulis
11. Dispenser
12. Tempat sampah dan peralatan kebersihan
13. Westafel dan kaca yang berada di depan kelas

Adapun ruangan-ruangan lain, diantaranya:

b. Tempat Parkir

Ruang parkir terdiri dari ruang parkir sepeda motor dan mobil untuk kepala sekolah, guru, karyawan dan tamu yang terletak di depan gedung sekolah. Ruang parkir sepeda disediakan untuk peserta didik yang sudah diatur sesuai dengan kelas yang berada di samping gedung sekolah.

c. Ruang Kantor

Ruang kantor yang terdapat di SMP N 3 Kalasan terdiri dari ruang guru, ruang kepala sekolah dan ruang tata usaha.

Ruang guru terletak di sebelah barat, tepatnya di sebelah barat ruang lobby guru piket. Ruang guru ini digunakan untuk administrasi dan tempat kerja untuk wakil kepala sekolah dan semua guru yang ada di SMP N 3 Kalasan. Fasilitasnya, terdapat meja kursi dan perlengkapan pendukung lainnya.

Ruang kepala sekolah terletak di antara ruang guru dan ruang TU. Ruang ini terpisah dengan ruang guru. Di depan ruang kepala sekolah, terdapat ruang tamu.

Ruang Tata Usaha (TU) terletak di timur ruang kepala sekolah. Ruangan ini terdapat fasilitas-fasilitas yang berhubungan dengan administrasi sekolah, seperti data siswa, data kepegawaian, data perlengkapan sekolah, dan lain sebagainya. Ruang ini juga memfasilitasi pembayaran sekolah siswa.

d. Ruang Penunjang

Ruang penunjang yang terdapat di SMP N 3 Kalasan adalah sebagai berikut:

- Lobby sebagai tempat jaga guru piket
- Ruang penerima tamu
- Ruang OSIS
- Kantin yang menyediakan makanan dan minuman yang memenuhi syarat kebersihan dan kesehatan
- Koperasi yang menjual makanan dengan sistem kantin kejujuran selain itu koperasi juga menjual peralatan serta perlengkapan sekolah baik itu alat tulis maupun seragam sekolah

- Ruang UKS yang dilengkapi kasur serta obat-obatan yang lazim dibutuhkan
- Ruang perpustakaan, sebagai ruang baca siswa-siswi SMP N 3 Kalasan. Ruang perpustakaan dilengkapi dengan berbagai koleksi buku, mesin Fotocopy serta Printer
- Masjid yang dilengkapi tempat wudhu putra dan putri. Serta disediakan mukena, buku agama, Al- Quran
- Ruang ketrampilan tari
- Ruang ketrampilan elektronika
- Ruang BK
- Toilet putra putri, yang ditempatkan di berbagai sisi sekolah.

e. Ruang Laboratorium

Terdapat tiga ruang laboratorium di SMP N 3 Kalasan yaitu: laboratorium Fisika, laboratorium Biologi, laboratorium komputer (TIK).

f. Lapangan

Terdapat empat lapangan yang terdapat di SMP N 3 Kalasan yaitu: lapangan badminton terletak di depan gedung sekolah, lapangan basket, lapangan volly yang terletak di tengah gedung sekolah, dan lapangan sepak bola yang terletak di belakang ruang perpustakaan.

2. Kondisi Non Fisisk

Warga SMP N 3 Kalasan terdiri dari:

a. Kepala Sekolah

Kepala sekolah SMP N 3 Kalasan yang dipimpin oleh bapak Moh. Tarom, S.Pd

b. Guru

Guru di SMP N 3 Kalasan terdiri dari 30 tenaga pengajar dengan daftar nama sebagai berikut:

Tabel 1 Daftar Nama Guru SMP N 3 Kalasan

No	Nama	Jabatan	Jenis guru	Bidang Tugas
1.	Moh Tarom, S. Pd.	Kepala Sekolah	Gr mata pelajaran	Kepala Sekolah Seni Budaya
2.	Syafrudin , N.BA	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Pend.Agama Islam
3.	Sri Maryanti, S.Ag.	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Pend.Agama Islam
4.	Parmono, A.Md.Pd	Gr Dewasa TK. I	Gr mata pelajaran	Pend. Agama Kristen
5.	P. Suwarjo	-	Gr mata pelajaran	Pend. Ag. Khatolik

6.	Kiryati , S.Pd	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	PKn
7.	Khiswatul Jannah, S.Pd	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Bhs. Indonesia
8.	Dra. Dwi Pratiwi Handayani	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Bhs. Indonesia
9.	Mujiyati, S.Pd	Gr Pembina TK.I	Gr mata pelajaran	Matematika
10.	Drs.Agus Supriyanto	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Matematika
11.	Diyah Marsiswi L S. Pd.Si	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	IPA
12.	Dra. Setyarini	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	IPA
13.	Marinah, S.Pd	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	IPS
14.	Sri Lestari, S.Pd	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	IPS
15.	Sri Widiastuti, S.Pd	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Bhs . Inggris
16.	Helena Eva, S.Pd	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Bhs . Inggris
17.	Anas Hanifuddin, S.Pd.		Gr mata pelajaran	Pend. Jas . Kes
18.	Drs. Hadi Purnama	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Pend. Jas . Kes
19.	Tri Budi Hastuti, S.Pd	Gr Pembina TK.I	Gr mata pelajaran	Seni Budaya
20	Susanti, S.Pd	Gr madya TK.I	Gr mata pelajaran	Seni Budaya
21.	Istiarti, S.Pd	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	Bhs. Jawa
22.	Muhoro, A.Md.Pd	Gr Pembina TK.I	Gr mata pelajaran	Ket. Elektronika Prakarya
23.	Kuntari enipurwanti, S.Pd.	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	BP / BK
24.	Drs. Akhyari	Gr Pembina	Gr mata pelajaran	BP / BK
25.	Nuri Yuharyanti, S.Pd	Gr Pertama	Gr mata pelajaran	BP/BK
26.	Puji Suroyo, S.Pd		Gr mata pelajaran	PKn
27.	V. Sri haryati, S.Pd		Gr mata pelajaran	Bhs. Indonesia
28.	Drs. Giftiar Isniadi H.S		Gr mata pelajaran	IPA

c. Karyawan

Warga SMP N 3 Kalasan terdiri 11 karyawan yang meliputi, koordinator TU dan staff TU, satpam, pesuruh, dan penjaga malam.

d. Siswa

Siswa SMP N 3 Kalasan berjumlah 383 yang terdiri dari 128 peserta didik kelas VII, 128 peserta didik kelas VIII, 127 peserta didik kelas IX. Masing-masing kelas berjumlah 32 peserta didik, kecuali kelas VII D dan VIII B berjumlah 31 siswa.

Adapun kegiatan pengembangan diri untuk meningkatkan potensi siswa yaitu antara lain :

a) Pramuka

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan ekstra yang wajib diikuti oleh seluruh siswa kelas VII dan VIII yang diadakan seminggu 1x. Pramuka dibimbing oleh pelatih dari luar sekolah.

b) Olahraga

Kegiatan ekstrakurikuler olah raga dibagi menjadi beberapa bidang yaitu Basket dan voli. Masing-masing bidang diadakan seminggu 1x. Dibimbing oleh pelatih dari luar sesuai dengan bidangnya masing-masing.

c) Elektronika

Ekstrakurikuler elektronika memiliki tujuan yaitu melatih kemampuan siswa dalam menciptakan suatu alat elektronika. Kegiatan ekstrakurikuler ini dibimbing oleh guru pengampu mata pelajaran ketrampilan elektronika

d) TBTQ

TBTQ adalah kegiatan ekstrakurikuler agama islam dengan materi baca tulis Al-Quran. Dibimbing oleh guru mata pelajar yang mengampu Agama Islam. SMP N 3 Kalasan juga memiliki organisasi yaitu OSIS dan IRMAS.

e) Tari

Ekstrakurikuler tari diadakan seminggu 1x yang diisi dengan materi tari nusantara. Dibimbing oleh guru pengampu mata pelajaran Seni Budaya khususnya Tari. Peserta ekstrakurikuler diikuti oleh siswa kelas VII dan VIII. Ekstrakurikuler tari memiliki tujuan untuk menanamkan sikap cinta budaya indonesia sedari dini.

Pembelajaran yang berlangsung di SMP N 3 Kalasan menggunakan kurikulum yaitu kurikulum 2013. 'Kegiatan belajar mengajar di SMP Negeri 3 Kalasan berlangsung mulai pukul 07.00 – 13.05 untuk hari Senin sampai Kamis , Kemudian hari jum'at berlangsung mulai 07.00-11.15 dengan pembagian waktu sebagai berikut:

Tabel 2 Pembagian Jam

Pembagian Jam	Pukul
Tadarus	07.00-07.15
Jam pelajaran ke-1	07.15-07.55
Jam pelajaran ke-2	07.55-08.35
Jam pelajaran ke-3	08.35-09.15
Istirahat	09.15-09.30
Jam pelajaran ke-4	09.30-10.10
Jam pelajaran ke-5	10.10-10.50
Jam pelajaran ke-6	10.50-11.30
Istirahat	11.30-11.45
Jam pelajaran ke-7	11.45-12.25
Jam pelajaran ke-8	12.25-13.05

Pembagian waktu belajar untuk hari Jum’at adalah sebagai berikut:

Tabel 3 Pembagian Jam

Pembagian Jam	Pukul
Senam/Pend. Karakter/Pemeliharaan lingkungan	07.00-07.40
Jam pelajaran ke-2	07.40-08.20
Jam pelajaran ke-3	08.20-09.00
Istirahat	09.00-09.15
Jam pelajaran ke-4	09.15-09.55
Jam pelajaran ke-5	09.55-10.35
Jam pelajaran ke-6	10.35-11.15

Pembagian jam untuk kegiatan pengembangan diri ataupun bimbingan belajar dilakukan setelah jam pelajaran terakhir usai.

Berdasarkan hasil analisis situasi dari observasi yang telah dilaksanakan, maka kelompok PPL SMP N 3 Kalasan berusaha untuk memberikan stimulus awal untuk mengoptimalkan potensi dan mengembangkan fasilitas di SMP Negeri 3 Kalasan yang diwujudkan dalam berbagai program yang telah direncanakan. Mengingat kontribusi yang diberikan oleh mahasiswa PPL bersifat sementara, maka diperlukan bantuan dan dukungan dari pihak sekolah untuk menindak lanjuti program yang direncanakan.

B. PERUMUSAN PROGRAM DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL

Perumusan program dan rancangan kegiatan PPL meliputi beberapa kegiatan yaitu :

1. Kegiatan Pra-PPL

a. Tahap Persiapan di Kampus

Mahasiswa juga diwajibkan mengikuti pembekalan *Micro Teaching*, di dalam pembekalan mahasiswa dijelaskan berbagai peraturan untuk mengikuti kelas *Micro Teaching*, sedikit ulasan tentang kurikulum yang mulai diterapkan disekolah, pembagian DPL PPL, dsb. Dalam kegiatan perkuliahan mata kuliah *Micro Teaching* mahasiswa diberi kesempatan untuk berlatih bagaimana caranya menyusun RPP, menyiapkan materi ajar atau media ajar baik dengan menggunakan media elektronik maupun non elektronik sampai bagaimana caranya mengajar , baik itu apresiasi maupun ekspresi dimulai dari pembuka, isi, penutup dan evaluasi. sekolahnya masing-masing.

b. Penyerahan Mahasiswa untuk Observasi

Penyerahan mahasiswa dilakukan pada tanggal 28 Februari 2016 penyerahan di hadiri oleh 14 mahasiswa PPL UNY 2016, kepala SMP N 3 Kalasan (Bapak Moh Tarom, S.Pd), koordinator PPL UNY (Dra. Setyarini), dan guru-guru SMP N 3 Kalasan. Sedangkan untuk melakukan observasi di sekolah dilakukan sebanyak 3x setelah penerjunan. Kegiatan observasi dimaksudkan untuk mengetahui kondisi fisik dan non fisik dari SMP Negeri 3 Kalasan, mengetahui kurikulum yang digunakan, bagaimana proses belajar mengajar di kelas, serta buku pedoman yang digunakan.

c. Penerjunan Mahasiswa ke SMP Negeri 3 Kalasan

Penerjunan mahasiswa dilaksanakan pada tanggal 18 juli 2016 penerjunan di hadiri oleh 12 mahasiswa PPL UNY 2016 kepala sekolah (Moh. Tarom, S.Pd), koordinator PPL UNY (Dra. Setyarini), dan guru-guru SMP N 3 Kalasan. Kegiatan ini diisi dengan pengenalan mahasiswa PPL UNY, guru serta staf SMP N 3 Kalasan, pembacaan peraturan bagi peserta PPL UNY, pembagian guru pembimbing untuk setiap mata pelajaran. Diskusi singkat gambaran pelaksanaan pembelajaran yang terdapat di SMP N 3 Kalasan bersama guru pembimbing masing-masing.

d. Observasi Lapangan

Observasi Lapangan merupakan kegiatan pengamatan terhadap berbagai karakteristik komponen pendidikan, kebudayaan dan norma yang berlaku di SMP Negeri 3 Kalasan. Pengenalan ini dilakukan dengan cara observasi dan wawancara. Sedangkan waktu yang dibutuhkan untuk melakukan observasi disesuaikan dengan kebutuhan individu dari masing-masing mahasiswa, dan disertai dengan persetujuan pejabat sekolah yang berwenang. Adapun hal-hal yang menjadi fokus kegiatan observasi dalam kelas adalah sebagai berikut:

Aspek yang diamati antara lain :

1. Perangkat Pembelajaran
 - a. Kurikulum yang digunakan
 - b. Silabus
 - c. RPP
 - d. Contoh penilaian
 - e. Buku panduan atau buku pedoman
 - f. Materi ajar
2. Proses pembelajaran
 - a. Membuka pelajaran
 - b. Penyajian materi
 - c. Metode pembelajaran
 - d. Penggunaan bahasa
 - e. Teknik penguasaan kelas
 - f. Penggunaan media
 - g. Bentuk dan cara evaluasi
 - h. Menutup pelajaran
3. Perilaku siswa
 - a. Perilaku siswa didalam kelas

e. Kegiatan Piket Salaman

Kegiatan piket salaman adalah salah satu budaya yang sudah ada di SMP N 3 Kalasan. Piket salaman diadakan setiap hari senin-sabtu pagi pukul 06.30-07.00. Kegiatan piket salaman bertujuan agar para siswa maupun guru menanamkan kebiasaan baik, sopan santun, silaturahmi dan sikap segan apabila hadir terlambat. Guru maupun siswa yang bertugas piket salaman dibagi sesuai jadwal yang sudah disesuaikan.

f. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan

1. Persiapan Mengajar

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan, seperti membuat Rencanan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), menyiapkan media pembelajar menggunakan media interaktif *Power Point*, video dan gambar.

2. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Praktik mengajar mulai dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus 2016 sampai dengan 8 September 2016. Mahasiswa PPL melaksanakan praktik mengajar mata pelajaran penjas di kelas IX B, IX C, IX D. Dan mendampingi teman mengajar kelas VIIIA, VIII B, VIII C, dan VIII D

3. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, mahasiswa PPL konsultasi dengan guru pembimbing tentang materi apa saja yang akan diajarkan. Selain itu dilakukan pula konsultasi dan evaluasi praktek mengajar di akhir pembelajaran.

g. Penyusunan Laporan PPL

Penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari pelaksanaan PPL dan merupakan pertanggungjawaban atas pelaksanaan PPL. Data yang digunakan untuk menyusun laporan diperoleh melalui praktik mengajar maupun praktik persekolahan. Hasil dari laporan ini diharapkan selesai dan dikumpulkan atau untuk disyahkan sebelum waktu penarikan.

h. Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL, yaitu SMP Negeri 3 Kalasan, dilaksanakan pada tanggal 14 September 2016, yang juga menandai berakhirnya tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PPL Universitas Negeri Yogyakarta.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

Pada bab ini berisi tentang uraian semua kegiatan PPL. Kegiatan PPL diawali dari persiapan dan pelaksanaan. Untuk kelancaran kegiatan PPL, persiapan mahasiswa dilakukan baik berupa persiapan pengetahuan, pengalaman, fisik, maupun mental untuk dapat mengatasi permasalahan yang mungkin muncul.

A. Persiapan

Sebelum mahasiswa PPL melaksanakan praktik mengajar di SMP N 3 Kalasan, terlebih dahulu mahasiswa PPL melakukan beberapa kegiatan persiapan. Persiapan yang dimaksudkan adalah persiapan yang dapat mendukung pembelajaran yang akan dilaksanakan di SMP N 3 Kalasan. Kegiatan tersebut antara lain adalah sebagai berikut.

1. Pembekalan Pengajaran Mikro

Sebelum menempuh mata kuliah pengajaran mikro para mahasiswa mengikuti pembekalan pengajaran mikro untuk program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang dilakukan pada pertengahan minggu Februari 2016 di lapangan dan ruangan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNY. Bagi mahasiswa yang belum bisa mengikuti pembekalan tersebut diberikan kesempatan untuk mengikuti pembekalan susulan yang dilaksanakan oleh LPPMP di gedung LPPMP UNY.

Mahasiswa dibekali beberapa ilmu yang bermanfaat untuk bekal praktik kegiatan mengajar. Mahasiswa diberikan bekal mulai dari motivasi diri dan etika profesi, standar kompetensi guru, mekanisme pengajaran mikro, inovasi pembelajaran, keterampilan dasar mengajar, kompetensi pengajaran mikro, pelaksanaan kuliah pengajaran mikro, dan penilaian pengajaran mikro. Selain itu, mahasiswa dibagikan buku panduan pengajaran mikro dan buku materi pembekalan pengajaran mikro/ magang II.

2. Kuliah Pengajaran Mikro

Kuliah pengajaran mikro (*micro teaching*) adalah mata kuliah wajib yang dilaksanakan sebelum mahasiswa PPL diterjunkan. *Micro teaching* bertujuan untuk melatih dan mendidik mahasiswa agar mampu mengajar dan menjadi guru yang baik saat mahasiswa berada di lapangan. Mengingat kurikulum yang digunakan di sekolah pada tahun 2016 ini digunakan Kurikulum 2013.

Maka, mahasiswa dituntut untuk lebih siap dalam menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran dengan menggunakan Kurikulum 2013.

Selama kurang lebih 4 bulan mahasiswa PPL dilatih keterampilan mengajarnya dalam mata kuliah *micro teaching* ini. Kuliah *micro teaching* dilaksanakan mulai pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2016. Dengan sistem kelas kecil yang dikelompokkan berdasarkan wilayah lokasi sekolah yang akan digunakan untuk PPL. Kelas kelompok mikro yang telah dibagi dengan Dosen Pembimbing Lapangan, mahasiswa PPL telah melakukan praktik mikro, yaitu maju ke depan sebagai guru, berperan sebagai siswa dengan segala psikologinya, membuat RPP, membuat media, yang sudah disesuaikan dengan hasil observasi. Materi yang diajarkan adalah materi

Dengan mengikuti pembelajaran mikro ini mahasiswa di harapkan memiliki kesiapan yang cukup untuk praktek langsung ke sekolah hingga setelah dan selama terjun di lapanga tidak menemui kendala yang berarti.

3. Observasi Pembelajaran di Kelas dan Siswa

Observasi merupakan salah satu kegiatan awal yang dilakukan oleh mahasiswa PLL sebagai persiapan untuk praktik mikro maupun praktik mengajar secara langsung. Observasi yang dilakukan oleh mahasiswa PPL bertujuan untuk mengetahui kondisi dan situasi pembelajaran yang terjadi di sekolah.

Observasi pembelajaran di kelas dilaksanakan pada 16 Maret 2016, di kelas Kegiatan observasi kelas ini bertujuan untuk mengamati bagaimana proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru sebagai persiapan dan mengamati siswa bagi mahasiswa PPL dalam persiapan melaksanakan kegiatan PPL.

Aspek yang diamati dalam kegiatan observasi pembelajaran antara lain.

- a. Perangkat pembelajaran
 - 1) Kurikulum yang dipakai
 - 2) Silabus
 - 3) RPP
- b. Proses pembelajaran
 - 1) Membuka pelajaran
 - 2) Penyajian materi
 - 3) Metode pembelajaran
 - 4) Penggunaan bahasa
 - 5) Penggunaan waktu
 - 6) Gerak
 - 7) Cara memotivasi siswa
 - 8) Teknik bertanya
 - 9) Teknik penguasaan kelas

- 10) Penggunaan media
- 11) Bentuk dan cara evaluasi
- 12) Menutup pelajaran
- c. Perilaku siswa
 - 1) Perilaku siswa didalam kelas
 - 2) Perilaku siswa diluar kelas

4. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL dilaksanakan sebelum terjun ke lapangan (sekolah). Pembekalan PPL merupakan kegiatan yang diselenggarakan oleh jurusan untuk memberikan pengarahan kepada calon mahasiswa PPL dalam melaksanakan PPL. Kegiatan ini dilaksanakan di ruang GPLA FIK, UNY. Materi pembekalan diberikan oleh Koordinator PPL Tingkat Fakultas. Materi yang disampaikan meliputi pengembangan kompetensi pendidik dan tenaga kependidikan, pemberdayaan masyarakat sekolah lewat PPL (sebuah tinjauan praktis), permasalahan-permasalahan dalam pelaksanaan PPL, standar kompetensi PPL/ Magang III dalam program PPL terpadu, dan mekanisme pelaksanaan PPL/ magang III.

B. Pelaksanaan PPL

1. Kegiatan Mengajar

a. Konsultasi dengan guru pembimbing

Konsultasi dengan guru pembimbing lapangan dilakukan untuk memperoleh bimbingan pelaksanaan PPL terkait mata pelajaran Penjas . Konsultasi tersebut seperti, konsultasi RPP, konsultasi dalam membuat media, konsultasi metode pengajaran, dan lain sebagainya. Konsultasi juga bisa dilakukan sebelum praktik mengajar terbimbing dilakukan. Hal ini bermanfaat agar proses mengajar sesuai dengan yang dilakukan oleh guru pembimbing dan materi yang akan disampaikan mahasiswa dapat tertransfer ke siswa dengan baik.

b. Observasi kelas

Observasi kelas dilakukan sebelum praktik mengajar terbimbing di kelas. Mahasiswa PPL masuk ke kelas untuk melihat kondisi siswa siswi dan melihat materi yang sudah di ajarkan guru supaya antara materi yang di berikan dan apa yang saya berikan nanti dapat berkesinambungan selain itu kita juga dapat dekat siswa dan siswi untuk dapat melihat karakteristik setiap siswa atau siswi.

c. Pembuatan RPP

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dibuat setiap akan masuk kelas atau mengajar.

1) RPP Mengajar 1

RPP pertama. Yaitu dengan melakukan salah permainan bola besar , bola yang berisi 1 pertemuan untuk pemantapan materi serta latihan passing atas bawah service dalam permainan bola voli sedangkan pada pertemuan kedua di lakukan penilaian bola 1 RPP untuk 3 kelas yaitu IX B , IX C , IX D

2) RPP Mengajar 2

RPP kedua ini berisikan materi senam lantai yang meliputi roll depan dan roll belakang untuk pertemuan pada materi ini di perlukan dua kali pertemuan yang pertama di gunakan untuk pemantapan dan pemahaman materi sedangkan pertemuan kedua di gunakan untuk pengambilan nilai untuk roll depan dan roll belakang ,

3) RPP Mengajar 3

RPP ketiga ini berisikan materi tentang lempar lembing dengan memperhatikan cara memegang , cara melempar dan keselamatan di lapangan , materi ini melatih siswa untuk berkompetisi sehingga siswa bersemangat untuk melakukan lempar lembing

4) RPP Mengajar 4

RPP keempat yaitu permainan bola basket pada rpp ini pertemuan pertama pemantapan materi tentang dribble passing , dan lay up dalam permainan bola basket .

5) RPP Mengajar 5

RPP kelima yaitu dengan kebugaran jasmani dengan melakukan pengukuran tes kebugaran jasmani dengan lari 2.4 km untuk meningkatkan kebugaran jasmani materi ini di lakukan satu kali pertemuan.

d. Mencari referensi/ sumber buku untuk mengajar

Untuk mendukung materi yang akan disampaikan di kelas perlu adanya referensi-referensi yang berhubungan dengan materi. Dalam pelaksanaan PPL terdapat pencarian sumber referensi dari buku Siswa dan buku Guru K13, buku BSE, jurnal, internet dll.

e. Mencari bahan/ alat untuk mengajar

Dalam mempersiapkan materi yang akan disampaikan ke kelas, mahasiswa memerlukan waktu untuk mencari bahan dan alat yang mendukung pembelajaran.

f. Mengikuti kegiatan belajar mengajar guru

Untuk mengetahui bagaimana cara guru mengajar dikelas dan melihat situasi dikelas, mahasiswa perlu mengikuti kegiatan belajar mengajar guru. Sehingga nantinya kita dapat mencontoh hal-hal yang bermanfaat dalam mengajar, baik cara mengajar, memberikan nasihat, bagaimana penilaian, dan lain sebagainya.

g. Diskusi dengan teman sejawat dalam membuat rpp

Untuk mempermudah memecahkan masalah dalam pembelajaran kita berdiskusi mengenai materi, dan masalah yang nantinya kita terapkan dikelas, bertukar pengalaman dalam mengajar, berdiskusi RPP dan lain sebagainya.

h. Membuat media pembelajaran

Media pengajaran merupakan hal yang pokok dalam mengajar karena media sangat bermanfaat sebagai perantara kita menyampaikan materi. Media pembelajaran merupakan faktor penting dalam proses belajar mengajar. Selain kurikulum, guru, dan alat pelajaran, media sangat penting digunakan. Media digunakan agar pesan (materi) dari sumber (guru) dapat diterima dengan baik oleh siswa. Untuk itu mahasiswa PPL membutuhkan waktu untuk membuat media tersebut.

i. Praktik mengajar terbimbing di kelas

Praktik mengajar terbimbing yang saya lakukan setiap pertemuan tatap muka masing-masing pertemuan selama 3 jam pelajaran. Satu jam pelajarannya 40 menit. Praktik mengajar terbimbing meliputi 3 kelas yaitu di kelas IX B, IX C, dan IX D. Praktik pembelajaran terbimbing, ketika mahasiswa PPL mengajar dikelas guru mata pelajaran bersangkutan mendampingi di belakang.

j. Bimbingan dengan DPL

Bimbingan dengan dosen pembimbing lapangan dilakukan ketika dosen pembimbing lapangan datang di sekolah. merupakan dosen pembimbing lapangan untuk sekolah SMP 3 Kalasan, jurusan Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi. Dosen pembimbing lapangan Bapak Drs. Amat Komari, M.Si mengecek bagaimana keadaan mahasiswa dalam melakukan PPL disekolah, dan memberikan saran bila terdapat kendala yang dihadapi mahasiswa dalam melakukan pengajaran.

k. Refleksi dengan guru pascamengajar

Refleksi dengan guru pasca pengajaran dilakukan untuk mengevaluasi pembelajaran yang dilakukan mahasiswa pada saat jam mengajar sudah selesai. Guru pembimbing memberikan saran dan juga evaluasi pembelajaran yang dilakukan.

Kegiatan Nonmengajar

a. Penerjunan

Penerjunan dilaksanakan pada tanggal 18 juli 2016, pukul 07.00 WIB saat upacara hari senin berlangsung.

b. Upacara bendera hari Senin

Upacara bendera hari senin di SMP N 3 Kalasan dilakukan setiap hari senin dengan petugas upacaranya dilakukan oleh siswa-siswi SMP N 3 Kalasan dilakukan secara bergiliran perkelas. Pembina upacara pada saat upacara juga bergantian antara guru satu dengan yang lainnya.

c. Upacara bendera 17 Agustus

Upacara bendera 17 Agustus dilaksanakan untuk memperingati hari kemerdekaan Indonesia, upacara dilakukan di halaman sekolah dan di lapangan bayen. Mahasiswa PPL ikut serta dalam pendampingan upacara bendera 17 Agustus.

d. Upacara hari Pramuka

Mengikuti upacara hari pramuka di lapangan bayen pada hari sabtu 13 agustus 2016 upacara di wakili oleh siswa siswi kelas 8A dan 8B serta perwakilan PPL

e. Lomba gerak jalan

Mendampingi siswa siswi mengikuti lomba gerak jalan yang di lakukan tgl 13 agustus jam 12.00-17.00 , SMPN 3 Kalasan ,mengirimkan 2 pleton

f. Mendampingi kegiatan ekstrakurikuler Bola Voly

Kegiatan ekstrakurikuler Bola Voly SMP N 3 Kalasan dilaksanakan pada hari senin dan rabu sore setiap minggunya. Ekstrakurikuler Bola Voly merupakan jenis ekstra pilihan yang diwajibkan selain ekstrakurikuler pramuka untuk siswa siswi SMP N 3 Kalasan kelas VII dan kelas VIII.

g. Mengecat garis lapangan bola voli dan basket

Melakukan pengecatan garis lapangan pada lapangan bola voli dan lapangan bola basket pengecatan di lakukan karena garis lapangan yang terdahulu sudah tidak keliatan.

h. Class meeting dan perpisahan

Pelaksanaan class meeting di mulai pada tgl 6, 7 , 8 september yang di lakukan sore hari jam 15.00-17.30 lomba yang di pertandingkan antara lain bola basket putri dan futsal putra kemudian pada hari jum'at jam 07.00-11.15 di lakukan acara perpisahan dengan acara pentas seni dari siswa siswi , masiswa ppl dan baak ibu guru.

i. Piket sapa pagi

Piket sapa pagi merupakan kegiatan yang dilakuakan mahasiswa dan juga guru ketika pagi dengan bersalaman dengan siswa-siswi SMP N 3 Kalasan.

j. Tadarus

Kegiatan ini dilakukan setiap harinya kecuali hari jumat sebelum pembelajaran dimulai, waktunya pukul 07.00-07.15 WIB.

k. Mural

Kegiatan mural dilaksanakan setelah kegiatan pembelajarn selesai atau setelah bel pulang. Kegiatan ini berupa mengecat tembok dengan gambar gambar batik yang ada di nusantara supaya siswa siswi lebih tau dan mengenal batik nusantara. Kegiatan mural semacam ini di SMP N 3 Kalasan bukan yang pertama dilaksanakan akan tetapi sudah berlangsung setiap tahunnya ketika ada mahasiswa UNY khususnya yang melaksanakan PPL di SMP N 3 Kalasan.

l. Hari raya idul adha.

Mengikuti dan membatu acara qurban di SMPN 3 Kalasan setelah melakukan penyembelihan hewan Qurban seluruh siswa dan bapk ibu guru memasak bersama daging qurban setelah itu di makan bersama sama

m. Penarikan

Penarikan PPL UNY 2016 dilaksanakan pada hari rabu, 14 September 2016,. Penarikan ini dihadiri oleh DPL Pamong, Kepala Sekolah SMP N 3 Kalasan, yaitu Moh.Tarom S.Pd., Koordinator PPL UNY,dan seluruh guru pembimbing lapangan tim PPL UNY. Pada penarikan mahasiswa PPL juga memberikan pesan dan kesan tentang pembelajaran yang dilalui bersama selama masa PPL.

n. Pembuatan laporan PPL

Pembuatan laporan PPL dimulai sejak minggu terakhir sebelum mahasiswa ditarik dari pihak kampus. Pada tahap awal mahasiswa melakukan pencarian data mengenai profil sekolah, data kepegawaian, dan data inventaris sekolah. Setelah itu mahasiswa membuat laporan sesuai dengan sistematika dan ketentuan dari LPPMP.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)/ Magang III memberikan pembelajaran yang berharga untuk mahasiswa. Ilmu yang diperoleh pada saat kuliah mampu diterapkan secara nyata lewat pembelajaran di kelas dan praktik menjadi guru mata pelajaran. Ilmu yang dipelajari secara teoritis maupun pada saat praktik pengajaran mikro/ Magang III pasti ada perbedaannya. Kegiatan ini lebih difokuskan pada persiapan dan kemampuan mengajar. Selain itu, juga menerapkan profesionalisme guru ketika berada di sekolah, menjaga kepribadian, dan berlatih sosial dengan warga sekolah.

Pelaksanaan PPL terdiri dari kegiatan mengajar dan nonmengajar. Kegiatan mengajar penting kaitannya dengan kemampuan praktik mengajar yang dibutuhkan jika menjadi guru kelak. Namun demikian, kemampuan nonmengajar juga bermanfaat untuk melatih kepribadian dan sosial mahasiswa karena tugas guru selain mengajar juga berinteraksi dengan kegiatan sekolah lainnya. Keduanya memang sangat penting, tetapi porsi kegiatan nonmengajar diharapkan tidak mengganggu berlangsungnya kegiatan mengajar.

• Analisis hasil pelaksanaan PPL

1. Hasil Pembuatan Perangkat Pembelajaran

- a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) beserta lampiran materi dan form penilaian
- b. Analisis kriteria penilaian
- c. Daftar nilai siswa
- d. Presensi siswa
- e. Jadwal mengajar guru
- f. Program pelaksanaan harian

2. Hasil Praktik Mengajar

Hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan kegiatan praktik mengajar adalah sebagai berikut:

- a. Praktikan dapat berlatih membuat perangkat pembelajaran yang terdiri dari RPP dan materi bahan ajar.
- b. Praktikan dapat belajar untuk mengembangkan materi dan sumber-sumber belajar.
- c. Praktikan dapat belajar untuk menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran.
- d. Praktikan dapat belajar untuk memilih dan mengorganisasikan materi, media dan sumber pembelajaran.
- e. Praktikan dapat belajar untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dan mengelola kelas.
- f. Praktikan mendapatkan pengalaman dalam keterampilan mengajar, yaitu pengelolaan tugas, fasilitas belajar, pengelolaan waktu, dan komunikasi dengan siswa.
- g. Praktikan dapat berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar siswa.

3. Analisis Keterkaitan Program dan Pelaksanaan

Selama Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), telah disusun rencana program yang akan dilakukan agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Secara keseluruhan, rancangan program yang telah disusun dapat terlaksana dengan baik, tidak ada hambatan/kendala yang berarti yang membuat pelaksanaan menjadi terhambat.

a. Observasi Lapangan

Observasi lapangan dilakukan untuk mengetahui dan mempelajari hal-hal yang berkaitan dengan kondisi fisik sekolah. Dengan adanya observasi lapangan, mahasiswa praktikan dapat mengetahui letak, jumlah serta beberapa fasilitas yang sudah dimiliki oleh SMP Negeri 3 Kalasan. Hasil dari observasi lapangan ini bermanfaat untuk menentukan perangkat pembelajaran yang akan diterapkan, yang sesuai dengan fasilitas (sarana dan prasarana) yang dimiliki.

b. Observasi Kegiatan Pembelajaran di Kelas

Observasi kegiatan pembelajaran di kelas ini bertujuan agar mahasiswa mengetahui secara langsung mengenai proses kegiatan belajar mengajar di kelas. Hasil observasi kegiatan pembelajaran di kelas berguna untuk menentukan strategi mengajar yang akan diterapkan, sesuai dengan fasilitas (sarana dan prasarana) yang dimiliki sekolah.

c. Praktik Mengajar

Pelaksanaan praktik mengajar dan ketentuan minimal jam mengajar yang ditetapkan oleh pihak UNY.

d. Praktik Persekolahan

Praktik persekolahan merupakan kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa praktikan dalam bidang administrasi sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan persekolahan yang diikuti antara lain:

- 1) Pengelolaan administrasi sekolah
- 2) Mengikuti kegiatan sekolah berupa Upacara Bendera, Upacara Peringatan HUT RI dan Upacara Peringatan Hari Keistimewaan Daerah Istimewa Yogyakarta.

e. Faktor Pendukung Program PPL

- 1) Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang professional dalam bidang pendidikan, sehingga mahasiswa praktikan diberikan pengalaman, masukan dan saran untuk proses pembelajaran.
- 2) Guru pembimbing yang dengan sabar memberikan arahan dan bimbingan sehingga mahasiswa praktikan dapat mengetahui kekurangan-kekurangannya. Guru pembimbing juga memberikan masukan bagi kekurangan praktikan sehingga dapat dilakukan perbaikan-perbaikan untuk proses pembelajaran selanjutnya.
- 3) Siswa kelas IX A IX B, IX C, dan IX D yang proaktif dan interaktif sehingga dapat tercipta kondisi yang menyenangkan dalam proses kegiatan belajar mengajar.

f. Faktor Penghambat

- 1) Dalam pengajaran awal tahun yang terasa suasana liburan siswa sulit untuk diajak belajar. Sehingga mahasiswa praktikan perlu memberikan stimulan atau motivasi agar siswa semangat kembali untuk belajar.
- 2) Kondisi kelas sering tidak kondusif, sehingga praktikan harus benar-benar mampu menguasai kelas agar siswa memperhatikan penjelasan materi yang disampaikan praktikan.
- 3) Siswa masih susah untuk berkelompok secara heterogen.
- 4) Siswa masih sering ramai dan tidak berkonsentrasi.
- 5) Siswa cenderung bosan dengan media maupun metode yang sama dalam setiap pertemuannya.
- 6) Siswa masih sering bekerja melebihi jam yang ditentukan.

1. Solusi

Berdasarkan hambatan-hambatan yang ada tersebut, ada beberapa upaya untuk mengurangi dan mengatasi hambatan, antara lain.

- a. Menggunakan metode berhitung secara acak, sehingga dalam satu kelompok diperoleh putra dan putri.
- b. Mahasiswa PPL melakukan *ice breaking* agar kelas dapat dikondisikan.
- c. Menggunakan media maupun metode yang bervariasi di setiap pertemuannya dan bisa menarik perhatian siswa .
- d. Melatih siswa bekerja lebih aktif dan membagi tugas tim (saat bekerja secara kelompok).

Dalam kegiatan praktik pengalaman lapangan guru pembimbing sangat berperan dalam kelancara penyampaian materi karena guru pembimbing sudah berpengalaman menghadapi peserta didik ketika proses belajar mengajar , dalam praktik lapangan guru pembimbing mengamati dan memperhatikan praktikan ketika sedang praktik mengajar.setelah praktikan selesai guru memberikan perbaikan kegiatan serta umpan balik.

D. Refleksi Pelaksanaan PPL

Berdasarkan hasil analisis Praktek Pengalaman Lapangan (PPL), dapat di ketahui bahwa banyak sekali manfaat yang dapat di ambil dari kegiatan PPL ini bagi mahasiswa jelas mendapatkan banyak pengalaman baik pengalaman mengajar di dalam kelas baik tata cara mengelola kelas, penyampaian materi, interaksi dengan peserta didik dan lainnya

Kemudian bagi guru, kegiatan PPL dapat di jadikan serta dalam mempersiapkan calon pendidik yang baik ,dan dapat berbagi pengalaman serta bagi lembaga dapat memperoleh bantuan , sumbangan tenaga pemikiran , ilmu dan melaksanakan pengembangan pembelajaran di sekolah juga dapat meningkatkan hubungan kerjasama antara UNY dan sekolah.

Metode pembelajaran memegang peran penting dalam pengelolaan kelas, dengan media yang baik pembelajaran akan berlangsung dengan menarik dan peserta didik atusias dalam mengikuti pembelajaran. Selain itu ketegasan seorang guru di perlukan supaya peserta didik lebih serius mengikuti pembelajaran dan melakukan rangkaian kegiatan yang telah di rencanakan.

Secara umum kegiatan PPL memiliki banyak manfaat bagi banyak pihak terutama bagi mahasiswa .

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan pengalaman lapangan yang telah dilaksanakan lokasi SMP N 3 Kalasan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Kegiatan PPL merupakan salah satu hal yang penting dilakukan bagi mahasiswa sebagai calon pendidik, karena dapat memberikan gambaran tentang dunia pendidikan yang akan dihadapinya dan meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam membuat persiapan mengajar, administrasi pegajaran, pengajaran sampai evaluasi.
2. Kegiatan PPL sangat bermanfaat bagi mahasiswa untuk memberikan pengalaman dan wawasan, serta gambaran yang nyata mengenai pembelajaran di sekolah sebagai bekal bagi seorang calon pendidik sebelum terjun dalam dunia pendidikan secara utuh.
3. Kegiatan PPL memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk dapat mengembangkan potensi dan kreativitasnya, misal dalam pengembangan media, menyusun materi sendiri berdasarkan kompetensi yang ingin dicapai, dan lain sebagainya.
4. Melalui kegiatan PPL, mahasiswa dituntut dapat mengembangkan empat kompetensi yang ada pada diri seorang guru, meliputi kompetensi profesi, kompetensi kepribadian, dan kompetensi sosial, serta kompetensi pedagogik.
5. *Sharing* yang terjadi, baik antara mahasiswa PPL dengan guru pembimbing, dosen pembimbing maupun peserta didik sangat berperan dalam membentuk konsep dalam diri mahasiswa mengenai sosok guru yang baik.

B. SARAN

Setelah melihat dan mengalami situasi yang ada di SMP N 3 Kalasan, terkait dengan proses pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, merumuskan saran dan rekomendasi yang diharapkan bermanfaat bagi semua pihak, saran tersebut antara lain:

1. Bagi Pihak SMP N 3 Kalasan

- a) Perlu adanya perawatan dan pengelolaan terhadap sarana dan prasarana media pembelajaran secara optimal.

2. Bagi Pihak LPPMP UNY

- a) Perlunya koordinasi yang lebih baik dalam pelaksanaan kegiatan PPL untuk masa datang. Oleh karena itu, perlu disempurnakan dan disosialisasikan lagi dengan baik, karena tidak dipungkiri bahwa masih ada hal-hal yang belum dimengerti oleh mahasiswa, serta guru pembimbing sendiri.
- b) Perlunya koordinasi yang baik antara LPPMP dan DPL melakukan supervisi ke lokasi agar mereka juga mengetahui kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa PPL. Dengan kegiatan supervisi ini pula diharapkan LPPMP dapat memberikan masukan-masukan yang bermanfaat bagi kelompok ataupun kritik yang membangun kelompok menjadi lebih baik lagi.

3. Bagi UNY

Lebih meningkatkan koordinasi dan hubungan baik dengan sekolah mitra yang menjadi tepat lokasi PPL sehingga hubungan yang telah terjalin bisa lebih produktif dan membawa manfaat yang lebih bagi kedua belah pihak.

4. Bagi Mahasiswa Praktik

- a. Dapat mengambil pelajaran dari apa yang telah dialami, didapatkan, dilihat, didengar, dan dirasakan selama di SMP N 3 Kalasan khususnya mengenai kegiatan yang berkaitan dengan proses pengembangan diri.
- b. Mahasiswa praktik lebih meningkatkan kompetensi dalam penguasaan materi.
- c. Mahasiswa praktik lebih meningkatkan kedisiplinan dalam pembuatan keperluan administrasi sekolah atau pengajaran
- d. Membina hubungan baik dengan pihak sekolah, khususnya guru pembimbing dan seluruh warga sekolah pada umumnya.
- e. Menjaga nama baik UNY dan kerjasama dengan sesama anggota PPL dengan selalu menjaga sikap dan tingkah laku selama berada di dalam

kelas, lingkungan sekolah, maupun diluar sekolah, agar dapat terjalin interaksi dan kerjasama yang baik dengan pihak yang bersangkutan.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat disampaikan, semoga bermanfaat bagi segala pihak yang terkait, mohon maaf apabila dalam proses pembuatan laporan ada yang kurang berkenan.

DAFTAR PUSTAKA

Tim Pembekalan PPL. 2016. *Materi Pembekalan PPL*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL Universitas Negeri Yogyakarta.

Tim Pembekalan PPL. 2016. *Materi Pembekalan Pengajaran Mikro/ Magang II*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL Universitas Negeri Yogyakarta.

Tim Pembekalan PPL. 2016. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL Universitas Negeri Yogyakarta.

Tim Pembekalan PPL. 2016. *Panduan PPL/ Magang III*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN



MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN : 2016

F01
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP NEGERI 3 KALASAN
ALAMAT SEKOLAH : Sidokerto, Purwomartani, Kalasan
GURU PEMBIMBING : Drs. Hadi Purnama

NAMA MAHASISWA : Yusfi Ashar Hanafi
NO MAHASISWA : 13601241038
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Drs. Amat Komari, M.Si.

No.	Program/Kegiatan PPL	Jumlah Jam per Minggu									Jumlah Jam
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
1	Pembuatan Program PPL										
	a. Observasi	3									3
	b. Konsultasi dengan guru pembimbing	3	2								5
	c. Menyusun Matrik Program PPL 2016	4	2								6
2	Administrasi Pembelajaran/Guru										
	a. Silabus, prota, prosem	1	3								4
	b. Membuat jadwal mengajar	1	1								2
3	Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)										
	a. Persiapan										
	1) Konsultasi dengan guru pembimbing	2		2		2		2	2		10
	2) Mengumpulkan materi	3	2	1	4	2	1	1	1		15
	3) Membuat RPP	4	2	2	4	3	2	2	2		21
	4) Menyiapkan/membuat media	5	4		1	1	1	1	1		14
	5) Menyusun materi/lab sheet	2	1	1	1	1	1	1	1		9

	b. Mengajar Terbimbing										
	1) Praktik mengajar di kelas		9	9	9	9	9	12	9		66
	2) Penilaian dan evaluasi										
	3) Konsultasi dengan DPL								1	1	2
	4) Mendampingi teman mengajar		12	12	12	12	12	12	12		84
4	Pembelajaran Ekstrakurikuler (Kegiatan Nonmengajar)										
	a. Inventarisasi buku-buku perpustakaan	6									
	b. Pelatihan Baris Berbaris (PBB)			6							6
	c. Ekstrakurikuler Bola Voli				3			3			6
5	Kegiatan Sekolah										
	a. Upacara Bendera Hari Senin	1	1	1	1	1	1	1	1		8
	b. Upacara 17 Agustus					2					2
	c. Lomba gerak jalan				5						5
	d. Piket	1			1			1		2	5
	C. Upacara Hari paramuka					2					
6	Pembuatan Laporan PPL										
	a. Persiapan										
	1) Mempelajari buku panduan PPL 2016					1	2	1	1	1	6
	2) Mempelajari contoh laporan PPL					1	1	1			3
	b. Pelaksanaan										
	1) Membuat Laporan PPL					1	3	7	8	12	31
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut Hasil Evaluasi										
	1) Konsultasi dengan guru pembimbing dan DPL PPL								1	1	2

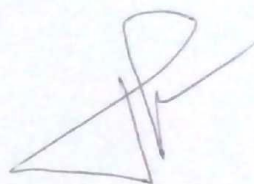
7	Kegiatan Insidental										
	a. Mural		4		7	1		2	4	7	25
	b. Pengecatan garis lapangan voli dan basket				6						6
	c. Perpindahan PPL							15			15
	d. Pelaksanaan Idul Adha									4	4
	JUMLAH JAM										365

Kepala Sekolah/ Pimpinan Lembaga



Moh. Tarom, S. Pd
NIP. 19620610 198412 1 006


Mengetahui
Dosen Pembimbing Lapangan



Drs. Amat Komari, M.Si.
NIP. 19581008 198703 1 001

Kalasan, 22 September 2016

Mahasiswa PPL Penjas



Yusfi Ashar Hanafi
NIM. 13601241038

OBSERVASI PEMBELAJARAN DI KELAS DAN OBSERVASI PESERTA DIDIK

NAMA : Yusfi Ashar Hanafi WAKTU :
 NIM : 13601241038 LOKASI : SMPN 3 Kalasan
 TGL OBSERVASI : 18 Februari FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A.	Perangkat pembelajaran	
	1. KTSP/Kurikulum 2013	Menggunakan kurikulum 2013
	2. Silabus	Guru sudah melaksanakan pembelajaran sesuai dengan silabus yang telah dibuat
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	RPP dibuat oleh guru berdasarkan aspek-aspek yang ada pada kurikulum 2013
B.	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan : 1. Guru memberikan salam 2. Guru mengecek kehadiran peserta didik 3. Guru memberikan apersepsi berupa pertanyaan yang berhubungan dengan materi yang disampaikan 4. Guru mengeksplorasi pengetahuan peserta didik melalui berbagai pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan.

2. Penyajian materi	Guru memberikan materi dengan cara peserta didik mencoba teknik dasar dari yang mudah ke yang sulit, dan dari yang sederhana ke yang kompleks dengan berbagai variasi
3. Metode pembelajaran	Guru diawal pembelajaran menggunakan metode ceramah kooperatif, yakni dengan menjelaskan materi yang akan diberikan kepada peserta didik. Selanjutnya, peserta didik dikondisikan untuk melakukan eksplorasi
4. Penggunaan bahasa	Guru menjelaskan dan memberikan pengarahan dengan bahasa formal dan non formal
5. Penggunaan waktu	Kegiatan Pendahuluan, Inti dan Penutup sudah dilakukan. Penggunaan waktu juga sudah sesuai dengan jam pelajaran
6. Gerak	Guru sudah bergerak untuk memantau dan membimbing kegiatan siswa secara menyeluruh
7. Cara memotivasi siswa dan penugasan kelas	Guru memotivasi siswa dengan memberikan pertanyaan – pertanyaan yang terkait materi pembelajaran. Siswa diberi kesempatan untuk menjawab pertanyaan secara bergantian.
8. Teknik bertanya	Guru memberikan pertanyaan dari umum ke khusus. Pertanyaan awalnya ditujukan untuk seluruh siswa, kemudian guru menunjuk siswa yang ingin menjawab secara bergantian hingga mendapatkan kesimpulan dari jawaban.
9. Penggunaan media	Guru menggunakan peserta didik sebagai media untuk memberi contoh kepada peserta didik lainnya

		tentang gerakan yang benar
	10. Bentuk dan cara evaluasi	Guru melakukan evaluasi secara klasikal dengan cara memberikan klarifikasi terhadap hasil pembelajaran
	11. Menutup pelajaran	Guru bersama siswa membuat kesimpulan dari hasil pembelajaran. Kemudian menutup pembelajaran dengan doa syukur, dan menyuruh peserta didik untuk mengembalikan alat untuk melatih tanggung jawab peserta didik.
C.	Perilaku siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Perilaku siswa di dalam kelas cukup kondusif, termotivasi, menjawab pertanyaan guru antusias. Ada beberapa siswa yang kurang memperhatikan guru dan berbicara topik lain diluar bab pelajaran yang disampaikan guru
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Perilaku siswa diluar kelas mengutamakan sopan santun, mereka mengisi waktu istirahat dengan melaksanakan ibadah sholat dan membeli makanan dan minuman di kantin.

OBSERVASI KONDISI SEKOLAH

NAMA : Yusfi Ashar Hanafi WAKTU :
 NIM : 13601241038 LOKASI : SMPN 3 Kalasan
 TGL OBSERVASI : FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi Fisik Sekolah	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki bangunan yang layak untuk kegiatan pembelajaran. Setiap ruangan memiliki fasilitas yang lengkap serta mempunyai ventilasi sebagai tempat keluar masuknya udara. Selain itu bangunan-bangunannya kokoh dan dilingkupi tembok yang kuat serta tinggi.	Baik
2	Potensi Siswa	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki potensi siswa sangat baik dilihat dari sisi karya-karya yang telah dibuat dan berbagai kejuaraan yang diperoleh. Kejuaraan yang sering diraih oleh siswa SMP Negeri 3 Kalasan diantaranya dalam bidang olahraga, seni dan mata pelajaran umumnya	Baik
3	Potensi Guru	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki guru yang sebagian besar telah lulus S1 dan berstatus pegawai negeri dan sangat berkompeten.	Baik

4	Potensi Karyawan	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki karyawan yang kompeten dan rata-rata karyawan telah lulus S1.	Baik
5	Fasilitas KBM, Media	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki fasilitas yang memadai guna mendukung kegiatan belajar mengajar. Fasilitas tersebut terdapat di setiap ruangan kelas seperti papan tulis, papan absensi, peralatan sekolah seperti meja, kursi, lemari, dispenser, wastafel serta terdapat proyektor dan LCD	Baik
6	Perpustakaan	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki perpustakaan yang digunakan untuk membaca serta meminjam buku. Buku yang terdapat di perpustakaan SMP Negeri 3 Kalasan beragam, mulai dari buku pelajaran, novel, majalah, serta buku-buku pengetahuan lainnya	Baik
7	Laboratorium	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki laboratorium Biologi, Fisika, Komputer, dan Tari yang dapat digunakan peserta didik untuk praktik belajar. Dalam laboratorium tersebut terdapat peralatan untuk praktik. Laboratorium yang terdapat di SMP Negeri 3 Kalasan ini cukup luas dan dilengkapi dengan meja, kursi dan ventilasi udara. Serta terdapat cermin yang besar yang digunakan di lab. Tari	Baik
8	Bimbingan Konseling	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki ruang bimbingan konseling. Ruang tersebut cukup luas dan dapat digunakan sebagai ruang untuk mengingatkan peserta didik yang tidak menaati peraturan yang ada di SMP Negeri	Baik

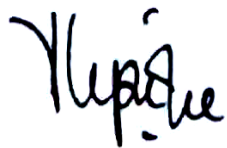
		3 Kalasan	
9	Bimbingan Belajar	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki bimbingan belajar bagi peserta didik. Kegiatan bimbingan belajar di SMP Negeri 3 Kalasan dilakukan sepulang sekolah.	Baik
10	Ekstrakurikuler	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki beragam ekstrakurikuler seperti pramuka, basket, volley, paduan suara, tari,dll. Untuk ekstrakurikuler wajib di SMP Negeri 3 Kalasan yaitu pramuka, sedangkan ekstra kurikuler lain yaitu ekstrakurikuler pilihan	Baik
11	Organisasi dan Fasilitas OSIS	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS). Organisasi tersebut beranggotakan peserta didik kelas VII, VIII dan IX. Anggota OSIS juga memiliki ruangan tersendiri yang dapat digunakan untuk kegiatan OSIS	Baik
12	Organisasi dan Fasilitas UKS	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki ruang UKS yang digunakan untuk beristirahat peserta didik yang sedang sakit. Di ruangan tersebut terdapat tempat tidur, dan kotak obat yang berisi macam macam obat.	Baik
13	Koperasi Siswa	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan mempunyai koperasi siswa. Koperasi tersebut tidak hanya menjual makanan, tetapi juga peralatan sekolah seperti seragam , atribut sekolah, buku, bolpoin, pensil,topi, dll.	Baik
14	Tempat Ibadah	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki tempat ibadah,	Baik

		yaitu masjid. Masjid berada di belakang sekolah dengan bangunan yang kokoh dan cukup luas. Masjid setiap hari digunakan oleh peserta didik untuk melakukan ibadah khususnya peserta didik beragama Islam. Masjid di SMP N 3 Kalasan ini juga bersih, dibuktikan dengan pernah menjadi juara kebersihan dan kemakmuran Masjid pada tahun 2009. Selain itu juga terdapat tempat ibadah untuk yang beragama Kristen dan Katholik. Ruangan tersebut terletak di belakang Masjid	
15	Kesehatan Lingkungan	Berdasarkan hasil pengamatan, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki banyak sekali tanaman, sehingga sirkulasi udara yang ada di sekolah tersebut cukup baik , dan siswa tertib dalam membuang sampah pada tempatnya serta menjaga kebersihan lingkungan .	Baik

Kordinator PPL SMP N 3 Kalasan.

Yogyakarta, februari 2016

Mahasiswa PPL



Drs. Setyarini
NIP.196808281995122005



Yusfi Ashar Hanafi
NIM. 13601241038

JADWAL PELAJARAN SMP NEGERI 3 KALASAN
2016/2017

JADWAL PELAJARAN SMP NEGERI 3 KALASAN Semester 1 Tahun Pelajaran 2016/2017																						
Hari	Jam	Waktu	Kelas												Piket	No	Nama Guru	Mata Pelajaran				
			7A	7B	7C	7D	8A	8B	8C	8D	9A	9B	9C	9D								
S E N I	1	07.00-07.55	U P A C A R A													1	Moh Tarom, S. Pd.	Seni Budaya				
	2	07.55-08.35	28	16	11	20	6	15	17	7	13	8	10	18	3	2	Syafrudin, N. BA	Pend. Ag. Islam				
	3	08.35-09.15	28	16	11	20	6	15	17	7	13	8	10	18		3	Sri Maryanti, S. Ag.	Pend. Ag. Islam				
		09.15-09.30	Istirahat													4	Parmono, A. Md. Pd.	Pend. Ag. Kristen				
	4	09.30-10.10	28	9	14	16	10	2	17	12	1	13	7	18	17	5	P. Suwarjo	Pend. Ag. Katolik				
	5	10.10-10.50	11	9	14	16	10	2	15	12	1	13	7	6		6	Kiryati, S. Pd.	PPKn. / Pkn.				
	6	10.50-11.30	11	3	19	23/BK	18	8	15	12	1	2	22/BK	6		7	Khawatul Jannah, S.Pd.	Bhs. Indonesia				
		11.30-11.45	Istirahat													8	Dra. Dwi Pratiwi H.	Bhs. Indonesia				
S E L A S A	7	11.45-12.25	9	3	19	14	18	8	7	10	21	2	11^	20	21	9	Mujiyati, S. Pd.	Matematika				
	8	12.25-13.05	9	3	19	14	18	8	7	10	21	2	11^	20		10	Drs. Agus Supriyanto	Matematika				
		07.00-07.15	Tadarus													11	Dyah Marsiswi L, S.Pd.Si.	I P A				
	1	07.15-07.55	24	28	14	16	2	10	15	13	22/BK	9	6	17	7	12	Dra. Setyarini	I P A				
	2	07.55-08.35	24	28	14	16	2	10	15	13	12*	9	6	17		13	Marinah, S.Pd.	I P S				
	3	08.35-09.15	24	28	23/BK	11	2	10	22/BK	21	12*	9	6	17		14	Sri Lestari, S. Pd.	I P S				
		09.15-09.30	Istirahat													15	Sri Widiastuti, S.Pd.	Bhs. Inggris				
	4	09.30-10.10	19	24	16	11	15	17	13	21	20	12*	7	14	16	16	Helena Eva, S. Pd.	Bhs. Inggris				
R A B A U	5	10.10-10.50	19	24	16	21	15	17	13	10	20	12*	7	14		17	Drs. Hadi Purnama	Penjas Orkes				
	6	10.50-11.30	19	24	11	21	8	17	2/4	22/BK	9	6	7	10		18	Tri Budi Hastuti, S. Pd.	Seni Budaya				
		11.30-11.45	Istirahat													19	Susanti, S. Pd.	Seni Budaya				
	7	11.45-12.25	14	20	11	19	20	13	2/4	15	9	6	21	10	28	20	Istiarti, S. Pd.	Bhs. Jawa				
	8	12.25-13.05	14	20	11	19	20	13	2/4	15	9	6	21	22/BK		21	Muhoro, A. Md.	Prakarya				
		07.00-07.15	Tadarus													22	Drs. Akhyari	BK				
	1	07.15-07.55	16	11	28	25	10	2	13	7	6	8	17	21	4	23	Nuri Yuharyanti, S. Pd.	BK				
	2	07.55-08.35	16	11	28	25	10	15	13	7	6	8	17	21		24	Puji Suroyo, S. Pd.	PPKn.				
K A M I S	3	08.35-09.15	27	9	28	25	10	15	21	7	6	8	17	2/5		25	V. Sri Haryati, S. Pd.	Bhs. Indonesia				
		09.15-09.30	Istirahat													26	Drs. Giftar Isnadi H. S	I P A				
	4	09.30-10.10	27	9	16	11	13	26	21	12	8	1	10	2/5	13	27	Kuntari Enipurwanti, S. Pd.	Bhs. Indonesia				
	5	10.10-10.50	27	9	16	11	13	26	20	12	8	1	10	2/5		28	Anas Hanifuddin, S. Pd.	Penjas Orkes				
	6	10.50-11.30	9	27	25	11	23/BK	26	20	6	8	1	10	7								
		11.30-11.45	Istirahat																			
	7	11.45-12.25	9	27	25	14	15	20	26	6	16	12^	11*	7	15							
	8	12.25-13.05	9	27	25	14	15	20	26	6	16	12^	11*	7								
J U M A T A		07.00-07.15	Tadarus																			
	1	07.15-07.55	20	14	9	24	17	6	26	2/5	8	13	18	11*	6							
	2	07.55-08.35	20	14	9	24	17	6	26	2/5	8	13	18	11*								
	3	08.35-09.15	3	27	9	24	17	6	26	2/5	8	22/BK	18	11*								
		09.15-09.30	Istirahat																			
	4	09.30-10.10	3	27	24	9	13	8	10	17	12^	21	14	15	11							
	5	10.10-10.50	3	27	24	9	13	8	10	17	12^	21	14	15								
	6	10.50-11.30	27	19	24	3/5	26	8	10	17	2	16	11*	6								
S A B I T U		11.30-11.45	Istirahat																			
	7	11.45-12.25	27	19	20	3/5	26	21	7	10	2	16	15	14	18							
	8	12.25-13.05	27	19	20	3/5	26	21	7	10	2	16	15	14								
		07.00-07.15	Tadarus																			
		07.15-08.35	Ulangan Bersama Mingguan													8						
		08.35-08.50	Istirahat																			
	1	08.50-09.30	11	16	25	9	8	23/BK	18	13	17	20	2/4	7								
	2	09.30-10.10	11	16	25	9	8	26	18	13	17	20	2/4	7	14							
T U A N	3	10.10-10.50	11	23/BK	25	9	21	26	18	20	17	12*	2/4	7								
		10.50-11.05	Istirahat																			
	4	11.05-11.45	23/BK	11	3/4	25	21	18	6	20	12*	16	7	10	26							
	5	11.45-12.25	21	11	3/4	25	26	18	6	15	13	9	14	10								
	6	12.25-13.05	21	11	3/4	25	26	18	6	15	13	9	14	10								

Pengembangan Diri :

- * Pramuka
- * Elektronika Audio
- * Olah Raga
- * Seni Tari
- * TBTQ
- * Macapat
- * Drum Band

Keterangan :

Pengembangan Diri Dilaksanakan
Sebagai Ekstrakurikuler

Kalasan, 16 Juli 2015
Kepala Sekolah

Moh Tarom, S. Pd.
NIP. 19620610 198412 1 006

DAFTAR NILAI KETRAMPILAN KELAS IX
SMPN NEGERI 3 KALASAN

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas : 9A
 Hari / tanggal :
 Materi : lempar lembing langkah silang

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai				Jumlah	Nilai
		nilai lempar lembing (silang)					
		silang					
		sikap awal pelaksanaan	nilai	sikap akhir	sasaran		
1	Anisa Anggiyaningrum	4	3	3	3	13	81,25
2	Asna Nur Rohman	4	4	3	3	14	87,5
3	Ayu Safitri					0	0
4	Bagas Panca Ramadhani	4	4	3	3	14	87,5
5	Banar Wilis Jati	4	4	3	3	14	87,5
6	Casandra Frisca Primadani	4	4	3	3	14	87,5
7	Dita Anindyka Putri Utami	4	4	3	3	14	87,5
8	Ferry Nugroho Saputro	4	4	3	3	14	87,5
9	Fitroh Nur Rokham	4	4	3	3	14	87,5
10	Halimah Nur Husna	4	4	3	3	14	87,5
11	Hellina Dewi Anggita	4	4	3	3	14	87,5
12	Ihsan Susanto	4	4	3	4	15	93,75
13	Intan An'amta Gusti	4	4	3	3	14	87,5
14	Iqbal Nur Rahmatullah					0	0
15	khansa Abhirama	4	4	3	3	14	87,5
16	Latifah	4	4	3	3	14	87,5
17	Mohammad Rizki Novrian RSP	4	4	3	3	14	87,5
18	Muhammad Fahmi Pramudita	4	4	3	3	14	87,5
19	Muhammad Zinedine Zidane	4	3	3	3	13	81,25
20	Naura Fadhiliani	4	4	3	3	14	87,5
21	Novia Wahyu Rahmawati	4	3	3	4	14	87,5
22	Pradana Arya Putra	4	4	3	3	14	87,5
23	Putri Astuti	4	4	3	3	14	87,5
24	Putri Azzahra	4	3	3	3	13	81,25
25	Putri Kartika Sari	4	4	3	3	14	87,5
26	Rahma Yunita	4	4	3	3	14	87,5
27	Reza Amanda Mifta	4	4	3	3	14	87,5
28	Ricki Ardiyanto	4	3	3	3	13	81,25
29	Silvia Anggraini Nur Khasanah	4	3	3	3	13	81,25
30	Tri Martanti Mariyani Putri					0	0
31	Vicky Wahyu Ramadhan	4	4	3	3	14	87,5
32	Pruistin Aisyah Reghita A	4	4	3	3	14	87,5

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas : 9B

:2-9-

Hari / tanggal 2016

Materi : lempar lembing langkah silang

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai				Jumlah	Nilai
		nilai lempar lembing (silang)					
		silang					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Abrian Dicky Ardityansyah	4	4	3	3	14	87,5
2	Alif Nur Rizqi	4	3	3	3	13	81,25
3	Anang Permadi	4	4	3	3	14	87,5
4	Anisya Rachmawati	4	4	3	3	14	87,5
5	Bara Adytia	4	3	3	3	13	81,25
6	Beftha Farisha Yudiantari	4	3	3	3	13	81,25
7	Dandy Dwi Kurniawan H	4	4	3	3	14	87,5
8	Desti Nicawati	4	3	3	3	13	81,25
9	Devi Kurnia Safitri	4	4	3	3	14	87,5
10	Diffa Luthfi Asyam Abdurrafi	4	4	3	3	14	87,5
11	Dimas Abidzar Fadly	4	4	3	4	15	93,75
12	Dina Amalia	4	3	3	4	14	87,5
13	Erika Nur Oktaviani	4	3	3	3	13	81,25
14	Hafizh Ramadhana Fajry Putra	4	4	3	4	15	93,75
15	Hasan Ali Ramadhan	4	4	3	3	14	87,5
16	Irfan Fattah Ramadhan S	4	4	3	3	14	87,5
17	Junita Annisa Putri	4	4	3	3	14	87,5
18	Laila Noor Saravina	4	4	3	3	14	87,5
19	Lala Oktavia Dewi	4	3	3	3	13	81,25
20	Mega Rani Dewi Suti	4	3	3	3	13	81,25
21	Muhammad Ridwan	4	4	3	3	14	87,5
22	Muthia Zahra Afifa	4	4	3	3	14	87,5
23	Prisma Nindya Fatika	4	3	3	3	13	81,25
24	Regina Septyani	4	4	3	3	14	87,5
25	Riva Novanda Ramadhani	4	4	3	3	14	87,5
26	Riyan Ramadhan	4	4	3	3	14	87,5
27	Safrina Nur Laili	4	3	3	3	13	81,25
28	Salsabila Azzahra Putri S D U	4	4	3	3	14	87,5
29	Wahyu Nurul Rizqi	4	3	3	4	14	87,5
30	Yusril Huda Baihaqi	4	4	3	3	14	87,5
31	Yusron Naafi	4	3	3	3	13	81,25
32	Evan Tri Pamungkas	4	4	3	3	14	87,5

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas : 9C

:31-08-

Hari / tanggal 2016

materi : lempar lembing langkah silang

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai				Jumlah	Nilai
		nilai lempar lembing (silang)					
		jingkat					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Andre Kurniawan	4	4	4	3	15	93,75
2	Ariq Widigdo	4	4	3	3	14	87,5
3	Calista Cincia	4	3	3	3	13	81,25
4	Dewi Nuvikha Sari	4	4	3	3	14	87,5
5	Dhita Putri Rahmawati	4	3	3	3	13	81,25
6	Eka Rahmawati	4	4	3	3	14	87,5
7	Elia Dewanda Vierano	4	4	3	4	15	93,75
8	Elysha Angelina Siswoyo	4	3	3	4	14	87,5
9	Eva Febriana Permatasari	4	3	3	3	13	81,25
10	Fahrizal Novyanto	4	4	3	3	14	87,5
11	Fariz Aziz Kurniawan	4	4	3	3	14	87,5
12	Hanif Sinung Nugroho	4	3	3	3	13	81,25
13	Helena Eria Sari	4	4	3	3	14	87,5
14	Krisna Ardiyanto Eko Saputro	4	4	4	3	15	93,75
15	Laras Putri Nasiti	4	4	3	3	14	87,5
16	M.Rizqi Ardiansah Riyadi	4	4	3	3	14	87,5
17	Marlen Chrisabel	4	3	3	3	13	81,25
18	Maura Alma Alandia	4	4	3	3	14	87,5
19	Muhammad Daffa Ramadhan	4	3	3	3	13	81,25
20	Muhammad Fawwaz A	4	4	3	3	14	87,5
21	Priska Imanuella	4	4	3	3	14	87,5
22	Regita Maharani	4	3	3	3	13	81,25
23	Regiyawati	4	4	3	3	14	87,5
24	Revido Mahesza Putra	4	3	3	3	13	81,25
25	Sandio Mathias Pawitra	4	4	3	3	14	87,5
26	Siti Kholifatun	4	4	3	3	14	87,5
27	Sofia Dwi Rachma	4	3	3	3	13	81,25
28	Suciyati Anggi Pratiwi	4	4	3	3	14	87,5
29	Sundari Anisa Putri	4	3	3	3	13	81,25
30	Tyas Nareswari	4	3	3	3	13	81,25
31	Viona Patrida	4	3	3	3	13	81,25
32	Zainal Anwar	4	4	3	3	14	87,5

Kelas

: 9D

Hari / tanggal

:30-8-2016

materi

: lempar lembing langkah silang

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai				Jumlah	Nilai
		nilai lempar lembing (silang)					
		silang					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Albentus Martin Surya Atmaja	4	4	3	3	14	87,5
2	Alexandra Givela Princess A	4	4	3	3	14	87,5
3	Anfung Hanun Qutratu'ain	4	3	3	3	13	81,25
4	Antonius Agus Medinugroho	4	4	3	3	14	87,5
5	Artha Aprilla Mulya Agung	4	4	3	3	14	87,5
6	Bernandus Fajar Triwdyartono	4	3	3	3	13	81,25
7	celentinus Kristianta W	4	3	3	4	14	87,5
8	Christina Ajeng Permata Sari	4	4	3	3	14	87,5
9	Christina vieny	4	3	3	3	13	81,25
10	Daffa Reyhan Muhammad	4	4	3	3	14	87,5
11	Desi Puspaningrum	4	3	3	3	13	81,25
12	Dhea Refansa	4	3	3	3	13	81,25
13	Dila Novita Sari	4	4	3	3	14	87,5
14	Febiana Zubaidah Alfasila	4	3	3	3	13	81,25
15	Firnanda Syalsyabila Kusuma	4	3	3	3	13	81,25
16	Gabriella Ageng Putri K	4	4	3	3	14	87,5
17	Hafidz Dwi Cahyanto	4	4	3	3	14	87,5
18	Maria Intan Prameswari	4	4	3	3	14	87,5
19	Montanus Bagas Kresti N	4	4	3	4	15	93,75
20	Ocsa Sungsang Jufifrans	4	4	3	4	15	93,75
21	Raditya Rizky Pramudya	4	4	3	3	14	87,5
22	R.R Lala Pungkas Hapsari	4	4	3	3	14	87,5
23	Septa Ryanoz	4	4	3	4	15	93,75
24	Winggar Cahyo Andhika	4	4	3	3	14	87,5
25	Yohana Lulut Windari	4	3	3	3	13	81,25
26	Yosep Adi Sulisty	4	3	3	3	13	81,25
27	Yosephine Jyesta Prajna A	4	3	3	3	13	81,25
28	Yustina Septiyarini	4	3	3	3	13	81,25
29	Yusuf Aprinto	4	3	3	4	14	87,5
30	Zumrat Unnisa Munawaroh	4	3	3	3	13	81,25
31	Malik Labda Prananda	4	3	3	3	13	81,25
32	Kelvin Sitompul	4	4	3	3	14	87,5

PENILAIAN KETRAMPILaN

Kelas : 9A
Hari / tanggal :
materi : bola voli

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai												jumlah	nilai
		nilai proses passing bawah ,atas , dan service													
		passing bawah				passing atas				sevice					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksaan	sikap akhir	sasaran		
1	Anisa Anggiyaningrum													0	0
2	Asna Nur Rohman														
3	Ayu Safitri														
4	Bagas Panca Ramadhani														
5	Banar Wilis Jati														
6	Casandra Frisca Primadani														
7	Dita Anindyka Putri Utami														
8	Ferry Nugroho Saputro														
9	Fitroh Nur Rokham														
10	Halimah Nur Husna														
11	Hellina Dewi Anggita														
12	Ihsan Susanto														
13	Intan An'amta Gusti														
14	Iqbal Nur Rahmatullah														
15	khansa Abhirama														
16	Latifah														
17	Mohammad Rizki Novrian RSP														
18	Muhammad Fahmi Pramudita														
19	Muhammad Zinedine Zidane														
20	Naura Fadhiliani														
21	Novia Wahyu Rahmawati														
22	Pradana Arya Putra														
23	Putri Astuti														
24	Putri Azzahra														
25	Putri Kartika Sari														
26	Rahma Yunita														
27	Reza Amanda Mifta														
28	Ricki Ardiyanto														
29	Silvia Anggraini Nur Khasanah														

30	Tri Martanti Mariyani Putri														
31	Vicky Wahyu Ramadhan														
32	Pruistin Aisyah Reghita A														

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas
 Hari / tanggal
 materi

:
 9b
 :
 : bola voli

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai												jumlah	nilai
		nilai proses passing bawah ,atas , dan service													
		passing bawah				passing atas				sevice					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Abrian Dicky Ardityansyah	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
2	Alif Nur Rizqi	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
3	Anang Permadi	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
4	Anisya Rachmawati	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	43	90
5	Bara Adytia	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
6	Beftha Farisha Yudiantari	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
7	Dandy Dwi Kurniawan H	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
8	Desti Nicawati	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
9	Devi Kurnia Safitri	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
10	Diffa Luthfi Asyam Abdurrafi	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	43	90
11	Dimas Abidzar Fadly	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
12	Dina Amalia	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
13	Erika Nur Oktaviani	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
14	Hafizh Ramadhana Fajry Putra	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	43	90
15	Hasan Ali Ramadhan	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
16	Irfan Fattah Ramadhan S	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
17	Junita Annisa Putri	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	43	90

18	Laila Noor Saravina	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
19	Lala Oktavia Dewi	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
20	Mega Rani Dewi Suti	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
21	Muhammad Ridwan	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
22	Muthia Zahra Afifa	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
23	Prisma Nindya Fatika	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
24	Regina Septyani	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
25	Riva Novanda Ramadhani	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
26	Riyan Ramadhan	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	41	85
27	Safrina Nur Laili	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
28	Salsabila Azzahra Putri S D U	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
29	Wahyu Nurul Rizqi	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
30	Yusril Huda Baihaqi	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
31	Yusron Naafi	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
32	Evan Tri Pamungkas	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas

Hari / tanggal

materi

:

:

:

9C

bola voli

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai												jumlah	nilai
		nilai proses passing bawah ,atas , dan service													
		passing bawah				passing atas				sevice					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelakaan	sikap akhir	sasaran		
1	Andre Kurniawan	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	43	90
2	Ariq Widigdo	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
3	Calista Cincia	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
4	Dewi Nuvikha Sari	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
5	Dhita Putri Rahmawati	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
6	Eka Rahmawati	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
7	Elia Dewanda Vierano	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
8	Elysha Angelina Siswoyo	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
9	Eva Febriana Permatasari	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
10	Fahrizal Novyanto	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
11	Fariz Aziz Kurniawan	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
12	Hanif Sinung Nugroho	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
13	Helena Eria Sari	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	42	88
14	Krisna Ardiyanto Eko Saputro	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	41	85
15	Laras Putri Nasiti	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
16	M.Rizqi Ardiansah Riyadi	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
17	Marlen Chrisabel	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
18	Maura Alma Alandia	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
19	Muhammad Daffa Ramadhan	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
20	Muhammad Fawwaz A	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	43	90
21	Priska Imanuella	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
22	Regita Maharani	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
23	Regiyawati	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
24	Revido Mahesza Putra	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
25	Sandio Mathias Pawitra	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
26	Siti Kholifatun	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	43	90
27	Sofia Dwi Rachma	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
28	Suciyati Anggi Pratiwi	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
29	Sundari Anisa Putri	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
30	Tyas Nareswari	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
31	Viona Patrida	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
32	Zainal Anwar	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	41	85

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas : 9D
Hari / tanggal :
materi : bola voli

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai												jumlah	nilai
		nilai proses passing bawah , atas , dan service													
		passing bawah				passing atas				sevice					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelakaan	sikap akhir	sasaran		
1	Albentus Martin Surya Atmaja	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
2	Alexandra Givela Princess A	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
3	Anfung Hanun Qutratu'ain	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
4	Antonius Agus Medinugroho	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
5	Artha Aprilla Mulya Agung	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
6	Bernandus Fajar Triwdyartono	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
7	celentinus Kristianta W	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
8	Christina Ajeng Permata Sari	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
9	Christina vieny	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
10	Daffa Reyhan Muhammad	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
11	Desi Puspaningrum	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
12	Dhea Refansa	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
13	Dila Novita Sari	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
14	Febiana Zubaidah Alfasila	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
15	Firnanda Syalsyabila Kusuma	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
16	Gabriella Ageng Putri K	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
17	Hafidz Dwi Cahyanto	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
18	Maria Intan Prameswari	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
19	Montanus Bagas Kresti N	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83
20	Ocsa Sungsang Jufifrans	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
21	Raditya Rizky Pramudya	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	41	85
22	R.R Lala Pungkas Hapsari	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	40	83

23	Septa Ryanoz	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
24	Winggar Cahyo Andhika	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
25	Yohana Lulut Windari	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
26	Yosep Adi Sulisty	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
27	Yosephine Jyesta Prajna A	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	39	81
28	Yustina Septiyarini	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
29	Yusuf Aprinto	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	39	81
30	Zumrat Unnisa Munawaroh	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
31	Malik Labda Prananda	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79
32	Kelvin Sitompul	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38	79

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas

: 9A

Hari / tanggal

:

materi

: Senam Lantai (Roll Depan , Roll belakang ,)

N o	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai								jumlah	nilai
		nilai Roll Depan ,belakang ,									
		roll depan				roll belakang					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Anisa Anggiyaningrum										
2	Asna Nur Rohman										
3	Ayu Safitri										
4	Bagas Panca Ramadhani										
5	Banar Wilis Jati										
6	Casandra Frisca Primadani										
7	Dita Anindyka Putri Utami										
8	Ferry Nugroho Saputro										
9	Fitroh Nur Rokham										
10	Halimah Nur Husna										
11	Hellina Dewi Anggita										
12	Ihsan Susanto										
13	Intan An'amta Gusti										
14	Iqbal Nur Rahmatullah										
15	khansa Abhirama										
16	Latifah										
17	Mohammad Rizki Novrian RSP										
18	Muhammad Fahmi Pramudita										
19	Muhammad Zinedine Zidane										
20	Naura Fadhiliani										

21	Novia Wahyu Rahmawati										
22	Pradana Arya Putra										
23	Putri Astuti										
24	Putri Azzahra										
25	Putri Kartika Sari										
26	Rahma Yunita										
27	Reza Amanda Mifta										
28	Ricki Ardiyanto										
29	Silvia Anggraini Nur Khasanah										
30	Tri Martanti Mariyani Putri										
31	Vicky Wahyu Ramadhan										
32	Pruistin Aisyah Reghita A										

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas

: 9B

Hari / tanggal

:26-08-2016

materi

: Senam Lantai (Roll Depan , Roll belakang)

N o	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai								jumlah	nilai
		nilai Roll Depan ,belakang									
		roll depan				roll belakang					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Abrian Dicky Ardityansyah	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
2	Alif Nur Rizqi									0	0
3	Anang Permadi	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
4	Anisya Rachmawati	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
5	Bara Adytia	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
6	Beftha Farisha Yudiantari	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
7	Dandy Dwi Kurniawan H	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
8	Desti Nicawati	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
9	Devi Kurnia Safitri	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
10	Diffa Luthfi Asyam Abdurrafi	4	4	3	3	4	4	4	3	29	90,625
11	Dimas Abidzar Fadly	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
12	Dina Amalia	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
13	Erika Nur Oktaviani	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
14	Hafizh Ramadhana Fajry Putra	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
15	Hasan Ali Ramadhan	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
16	Irfan Fattah Ramadhan S	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25

17	Junita Annisa Putri	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37 5
18	Laila Noor Saravina	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37 5
19	Lala Oktavia Dewi	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
20	Mega Rani Dewi Suti	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37 5
21	Muhammad Ridwan	4	4	4	3	4	4	4	3	30	93,75
22	Muthia Zahra Afifa	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37 5
23	Prisma Nindya Fatika	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
24	Regina Septyani	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
25	Riva Novanda Ramadhani	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
26	Riyan Ramadhan	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
27	Safrina Nur Laili	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
28	Salsabila Azzahra Putri S D U	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37 5
29	Wahyu Nurul Rizqi	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37 5
30	Yusril Huda Baihaqi	3	4	3	3	4	3	3	3	26	81,25
31	Yusron Naafi	4	3	3	3	4	4	3	3	27	84,37 5
32	Evan Tri Pamungkas									0	0

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas

: 9C

Hari / tanggal

:

materi

: Senam Lantai (Roll Depan , Roll belakang)

N o	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai								jumlah	nilai
		nilai Roll Depan ,belakang									
		roll depan				roll belakang					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Andre Kurniawan	4	4	3	4	4	3	3	4	29	90,62 5
2	Ariq Widigdo	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37 5
3	Calista Cincia	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
4	Dewi Nuvikha Sari	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
5	Dhita Putri Rahmawati	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
6	Eka Rahmawati	4	4	3	4	4	4	3	3	29	90,62 5
7	Elia Dewanda Vierano	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,37

											5
8	Elysha Angelina Siswoyo	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
9	Eva Febriana Permatasari	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
10	Fahrizal Novyanto	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
11	Fariz Aziz Kurniawan	4	4	3	3	4	4	3	4	29	90,625
12	Hanif Sinung Nugroho	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
13	Helena Eria Sari	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
14	Krisna Ardiyanto Eko Saputro	4	3	3	4	4	4	3	3	28	87,5
15	Laras Putri Nasiti	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
16	M.Rizqi Ardiansah Riyadi	4	4	3	3	4	3	3	4	28	87,5
17	Marlen Chrisabel	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
18	Maura Alma Alandia	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
19	Muhammad Daffa Ramadhan	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
20	Muhammad Fawwaz A	4	4	3	3	4	3	3	4	28	87,5
21	Priska Imanuella	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
22	Regita Maharani	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
23	Regiyawati	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
24	Revido Mahesza Putra	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
25	Sandio Mathias Pawitra	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
26	Siti Kholifatun	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
27	Sofia Dwi Rachma	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
28	Suciyati Anggi Pratiwi	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
29	Sundari Anisa Putri	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
30	Tyas Nareswari	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
31	Viona Patrida	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
32	Zainal Anwar	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas : 9D

Hari / tanggal :

materi : Senam Lantai (Roll Depan , Roll belakang)

N o	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai								jumlah	nilai
		nilai Roll Depan ,belakang									
		roll depan				roll belakang					
		sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran	sikap awal	pelaksanaan	sikap akhir	sasaran		
1	Albentus Martin Surya Atmaja	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
2	Alexandra Givela Princess A	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
3	Anfung Hanun Qutratu'ain	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
4	Antonius Agus Medinugroho	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
5	Artha Aprilla Mulya Agung	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
6	Bernandus Fajar Triwdyartono	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
7	celentinus Kristianta W	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
8	Christina Ajeng Permata Sari									0	0
9	Christina vieny	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
10	Daffa Reyhan Muhammad	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
11	Desi Puspaningrum	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
12	Dhea Refansa	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
13	Dila Novita Sari	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
14	Febiana Zubaidah Alfasila	4	3	3	3	4	4	3	3	27	84,375
15	Firnanda Syalsyabila Kusuma	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
16	Gabriella Ageng Putri K	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
17	Hafidz Dwi Cahyanto	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
18	Maria Intan Prameswari	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
19	Montanus Bagas Kresti N	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
20	Ocsa Sungsang Jufifrans	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
21	Raditya Rizky Pramudya	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
22	R.R Lala Pungkas Hapsari	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
23	Septa Ryanoz	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
24	Winggar Cahyo Andhika	4	4	4	3	4	3	3	3	28	87,5
25	Yohana Lulut Windari	4	4	3	3	4	4	3	3	28	87,5
26	Yosep Adi Sulisty	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
27	Yosephine Jyesta Prajna A	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
28	Yustina Septiyarini	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
29	Yusuf Aprinto	4	4	3	3	4	3	3	3	27	84,375
30	Zumrat Unnisa Munawaroh	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
31	Malik Labda Prananda	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25
32	Kelvin Sitompul	4	3	3	3	4	3	3	3	26	81,25

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas : 9A
Hari / tanggal :
materi : kebugaran lari 2.4km

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai		jumlah	nilai
		lari 2.4km			
		Putra	Putri		
1	Anisa Anggiyaningrum				
2	Asna Nur Rohman				
3	Ayu Safitri				
4	Bagas Panca Ramadhani				
5	Banar Wilis Jati				
6	Casandra Frisca Primadani				
7	Dita Anindyka Putri Utami				
8	Ferry Nugroho Saputro				
9	Fitroh Nur Rokham				
10	Halimah Nur Husna				
11	Hellina Dewi Anggita				
12	Ihsan Susanto				
13	Intan An'amta Gusti				
14	Iqbal Nur Rahmatullah				
15	khansa Abhirama				
16	Latifah				
17	Mohammad Rizki Novrian RSP				
18	Muhammad Fahmi Pramudita				
19	Muhammad Zinedine Zidane				
20	Naura Fadhiliani				
21	Novia Wahyu Rahmawati				
22	Pradana Arya Putra				
23	Putri Astuti				
24	Putri Azzahra				
25	Putri Kartika Sari				
26	Rahma Yunita				
27	Reza Amanda Mifta				
28	Ricki Ardiyanto				
29	Silvia Anggraini Nur Khasanah				
30	Tri Martanti Mariyani Putri				
31	Vicky Wahyu Ramadhan				

32	Pruistin Aisyah Reghita A				
----	---------------------------	--	--	--	--

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas

: 9B

Hari / tanggal

:19-08-2016

materi

: kebugaran lari 2.4km

No	Nama	ketrampilan yang di nilai		jumlah	Nilai
		lari 2.4km			
		Putra	Putri		
1	Abrian Dicky Ardityansyah	16.49			
2	Alif Nur Rizqi	12.45			
3	Anang Permadi	12.47			
4	Anisya Rachmawati				
5	Bara Adytia	15.23			
6	Beftha Farisha Yudiantari		18.00		
7	Dandy Dwi Kurniawan H	13.33			
8	Desti Nicawati		16.15		
9	Devi Kurnia Safitri		18.00		
10	Diffa Luthfi Asyam Abdurrafi				
11	Dimas Abidzar Fadly	11.39			
12	Dina Amalia		17.32		
13	Erika Nur Oktaviani		17.32		
14	Hafizh Ramadhana Fajry Putra				
15	Hasan Ali Ramadhan	16.49			
16	Irfan Fattah Ramadhan S	10.30			
17	Junita Annisa Putri		15.34		
18	Laila Noor Saravina				
19	Lala Oktavia Dewi		15.31		
20	Mega Rani Dewi Suti		18.18		
21	Muhammad Ridwan	16.49			
22	Muthia Zahra Afifa				
23	Prisma Nindya Fatika		14.44		
24	Regina Septyani		15.31		
25	Riva Novanda Ramadhani		14.05		
26	Riyan Ramadhan	11.39			
27	Safrina Nur Laili		16.05		
28	Salsabila Azzahra Putri S D U		17.32		

29	Wahyu Nurul Rizqi		17.31		
30	Yusril Huda Baihaqi	15.30			
31	Yusron Naafi	18.18			
32	Evan Tri Pamungkas				

PENILAIAN KETRAMPILN

Kelas
Hari / tanggal
materi

: 9C
:24-08-2016
: lempar lembing langkah silang

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai		jumlah	nilai
		lari 2.4km			
		Putra	Putri		
1	Andre Kurniawan	08.55			
2	Ariq Widigdo	14.26			
3	Calista Cincia		17.52		
4	Dewi Nuvikha Sari		16.16		
5	Dhita Putri Rahmawati		14.08		
6	Eka Rahmawati		12.41		
7	Elia Dewanda Vierano	14.31			
8	Elysha Angelina Siswoyo		14.30		
9	Eva Febriana Permatasari		17.45		
10	Fahrizal Novyanto	16.16			
11	Fariz Aziz Kurniawan	11.35			
12	Hanif Sinung Nugroho	10.47			
13	Helena Eria Sari		15.36		
14	Krisna Ardiyanto Eko Saputro	12.26			
15	Laras Putri Nasiti		16.36		
16	M.Rizqi Ardiansah Riyadi	10.05			
17	Marlen Chrisabel	14.35			
18	Maura Alma Alandia		17.41		
19	Muhammad Daffa Ramadhan	16.05			
20	Muhammad Fawwaz A	08.30			
21	Priska Imanuella		17.43		
22	Regita Maharani		13.39		
23	Regiyawati		16.59		
24	Revido Mahesza Putra	15.50			
25	Sandio Mathias Pawitra	09.35			
26	Siti Kholifatun		15.46		
27	Sofia Dwi Rachma		13.38		
28	Suciyati Anggi Pratiwi		17.38		
29	Sundari Anisa Putri		17.40		

30	Tyas Nareswari		17.48		
31	Viona Patrida		16.58		
32	Zainal Anwar	08.27			

PENILAIAN KETRAMPILN


Kelas
Hari / tanggal
materi

: 9D
:16-08-2016
: lempar lembing langkah silang

No	Nama	Ketrampilan Yang di Nilai		jumlah	nilai
		lari 2.4km			
		Putra	Putri		
1	Albentus Martin Surya Atmaja	15.29			
2	Alexandra Givela Princess A		20.50		
3	Anfung Hanun Qutratu'ain		17.05		
4	Antonius Agus Medinugroho	09.59			
5	Artha Aprilla Mulya Agung	16.01			
6	Bernandus Fajar Triwdyartono	13.04			
7	celentinus Kristianta W	10.20			
8	Christina Ajeng Permata Sari		20.48		
9	Christina vieny		14.29		
10	Daffa Reyhan Muhammad	10.48			
11	Desi Puspaningrum		16.33		
12	Dhea Refansa		13.51		
13	Dila Novita Sari		15.28		
14	Febiana Zubaidah Alfasila				
15	Firnanda Syalsyabila Kusuma		19.06		
16	Gabriella Ageng Putri K		11.51		
17	Hafidz Dwi Cahyanto	11.51			
18	Maria Intan Prameswari		20.49		
19	Montanus Bagus Kresti N	19.26			
20	Ocsa Sungsang Jufifrans	15.29			
21	Raditya Rizky Pramudya	18.14			
22	R.R Lala Pungkas Hapsari		13.50		

23	Septa Ryanoz	15.31			
24	Winggar Cahyo Andhika	11.13			
25	Yohana Lulut Windari		21.00		
26	Yosep Adi Sulistyo	15.40			
27	Yosephine Jyesta Prajna A		20.59		
28	Yustina Septiyarini		15.39		
29	Yusuf Aprinto	11.12			
30	Zumrat Unnisa Munawaroh		19.04		
31	Malik Labda Prananda	18.13			
32	Kelvin Sitompul	15.39			

Mengetahui
Guru Sekolah



Drs. HADI PURNAMA
NIP. 10650101 199803 1 008

Kalasan,
Mahasiswa



YUSFI ASHAR HANAFI
13601241038

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan Pendidikan : SMP N 3 Kalasan
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Permainan Bola Basket
Kelas/Semester : IX/1
Alokasi Waktu : 3x40 x 2

A. Kompetensi Inti

- 1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
- 2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
- 3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- 4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang /teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.1 Melakukan doa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran.
1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.	1.2.1 Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan teknik bola basket sesuai fungsi tubuh.
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain	2.1.1 Mengikuti peraturan, petunjuk, atau arahan yang diberikan oleh guru.
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang membahayakan diri sendiri dan orang lain.
3.3 Menganalisis variasi dan kombinasi	3.3.1 Mengidentifikasi teknik dasar bola

keterampilan bola basket untuk meningkatkan koordinasi gerak yang baik.	basket
4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan bola voli (dribbel , shooting , lay up) dengan koordinasi gerak yang baik.	4.3.1 Melakukan latihan teknik dasar bola basket dalam bola besar.

C. Materi Pembelajaran

Sejarah bola basket

Basket dianggap sebagai olahraga unik karena diciptakan secara tidak sengaja oleh seorang guru olahraga. Pada tahun 1891, Dr. James Naismith, seorang guru olahraga asal Kanada yang mengajar di sebuah perguruan tinggi untuk para siswa profesional di YMCA (sebuah wadah pemuda umat Kristen) di Springfield, Massachusetts, harus membuat suatu permainan di ruang tertutup untuk mengisi waktu para siswa pada masa liburan musim dingin di New England. Terinspirasi dari permainan yang pernah ia mainkan saat kecil di Ontario, Naismith menciptakan permainan yang sekarang dikenal sebagai bola basket pada 15 Desember 1891.

Menurut cerita, setelah menolak beberapa gagasan karena dianggap terlalu keras dan kurang cocok untuk dimainkan di gelanggang-gelanggang tertutup, dia lalu menulis beberapa peraturan dasar, menempelkan sebuah keranjang di dinding ruang gelanggang olahraga, dan meminta para siswa untuk mulai memainkan permainan ciptaannya itu.

Pertandingan resmi bola basket yang pertama, diselenggarakan pada tanggal 20 Januari 1892 di tempat kerja Dr. James Naismith. Basket adalah sebutan yang diucapkan oleh salah seorang muridnya. Olahraga ini pun segera terkenal di seantero Amerika Serikat. Penggemar fanatik ditempatkan di seluruh cabang di Amerika Serikat. Pertandingan demi pertandingan pun dilaksanakan di seluruh kota-kota negara bagian Amerika Serikat.

Pada awalnya, setiap tim berjumlah sembilan orang dan tidak ada dribble, sehingga bola hanya dapat berpindah melalui lemparan. Sejarah peraturan permainan basket diawali dari 13 aturan dasar yang ditulis sendiri oleh James Naismith.

Lapangan, waktu, dan jumlah pemain bola basket

Lapangan bola basket berbentuk persegi panjang dengan dua standar ukuran, yakni panjang 28,5 meter dan lebar 15 meter untuk standar National Basketball Association dan panjang 26 meter dan lebar 14 meter untuk standar Federasi Bola Basket

Internasional. Tiga buah lingkaran yang terdapat di dalam lapangan basket memiliki panjang jari-jari yaitu 1,80 meter.

Jumlah pemain dalam permainan bola basket adalah 5 orang dalam satu regu dengan cadangan 5 orang. Sedangkan jumlah wasit dalam permainan bola basket adalah 2 orang. Wasit 1 disebut Referee sedangkan wasit 2 disebut Umpire.

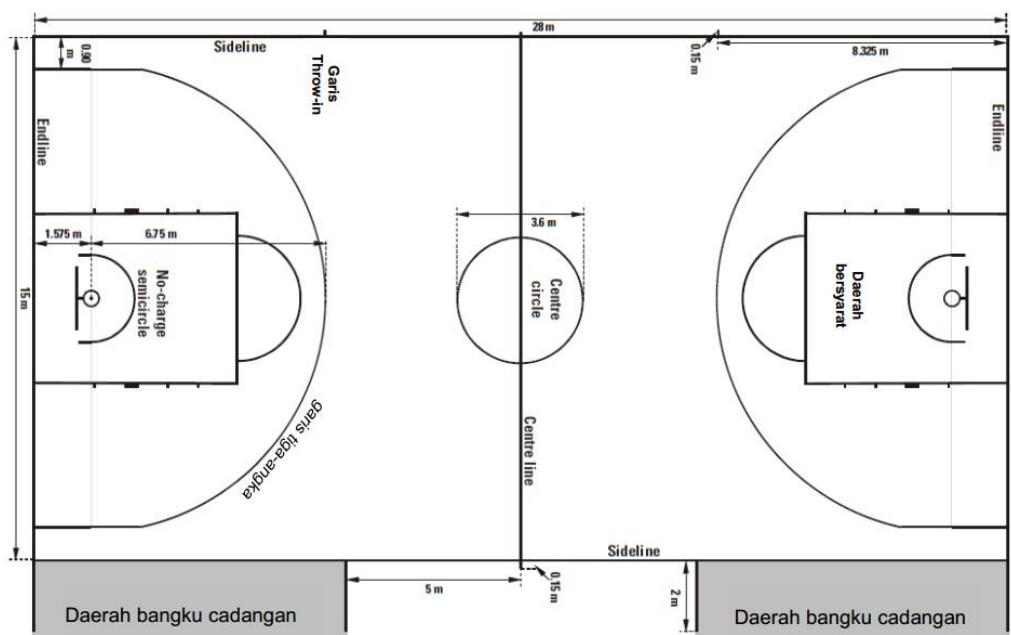
Waktu permainan 4 x 10 menit jika berpedoman dengan aturan Federasi Bola Basket Internasional. Versi National Basketball Association waktu bermain adalah 4 x 12 menit. Di antara babak 1, 2, 3, dan babak 4 terdapat waktu istirahat selama 10 menit. Bila terjadi skor yang sama pada akhir pertandingan harus diadakan perpanjangan waktu sampai terjadi selisih skor. Di antara dua babak tambahan terdapat waktu istirahat selama 2 menit. Waktu untuk lemparan ke dalam yaitu 5 detik.

Keliling bola yang digunakan dalam permainan bola basket adalah 75 cm - 78 cm. Sedangkan berat bola adalah 600 - 650 gram. Jika bola dijatuhkan dari ketinggian 1,80 meter pada lantai papan, maka bola harus kembali pada ketinggian antara 1,20 - 1,40 meter.

Panjang papan pantul bagian luar adalah 1,80 meter sedangkan lebar papan pantul bagian luar adalah 1,20 meter. Dan panjang papan pantul bagian dalam adalah 0,59 meter sedangkan lebar papan pantul bagian dalam adalah 0,45 meter.

Jarak lantai sampai ke papan pantul bagian bawah adalah 2,75 meter. Sementara jarak papan pantul bagian bawah sampai ke ring basket adalah 0,30 meter. Ring basket memiliki panjang yaitu 0,40 meter. Sedangkan jarak tiang penyangga sampai ke garis akhir adalah 1 meter.

Panjang garis tengah lingkaran pada lapangan basket adalah 1,80 meter dengan ukuran lebar garis yaitu 0,05 meter. Panjang garis akhir lingkaran daerah serang yaitu 6 meter. Sedangkan panjang garis tembakan hukuman yaitu 3,60 meter.



Peraturan permainan bola basket

Aturan dasar pada permainan Bola Basket adalah sebagai berikut:

1. Bola dapat dilemparkan ke segala arah dengan menggunakan salah satu atau kedua tangan.
2. Bola dapat dipukul ke segala arah dengan menggunakan salah satu atau kedua tangan, tetapi tidak boleh dipukul menggunakan kepala tangan (meninju).
3. Pemain tidak diperbolehkan berlari sambil memegang bola. Pemain harus melemparkan bola tersebut dari titik tempat menerima bola, tetapi diperbolehkan apabila pemain tersebut berlari pada kecepatan biasa.
4. Bola harus dipegang di dalam atau di antara telapak tangan. Lengan atau anggota tubuh lainnya tidak diperbolehkan memegang bola.
5. Pemain tidak diperbolehkan menyeruduk, menahan, mendorong, memukul, atau menjegal pemain lawan dengan cara bagaimanapun. Pelanggaran pertama terhadap peraturan ini akan dihitung sebagai kesalahan, pelanggaran kedua akan diberi sanksi berupa diskualifikasi pemain pelanggar hingga keranjang timnya dimasuki oleh bola lawan, dan apabila pelanggaran tersebut dilakukan dengan tujuan untuk mencederai lawan, maka pemain pelanggar akan dikenai hukuman tidak boleh ikut bermain sepanjang pertandingan. Pada masa ini, pergantian pemain tidak diperbolehkan.
6. Sebuah kesalahan dibuat pemain apabila memukul bola dengan kepala tangan (meninju), melakukan pelanggaran terhadap aturan 3 dan 4, serta melanggar hal-hal yang disebutkan pada aturan 5.
7. Apabila salah satu pihak melakukan tiga kesalahan berturut-turut, maka kesalahan itu akan dihitung sebagai gol untuk lawannya (berturut-turut berarti tanpa adanya pelanggaran balik oleh lawan).
8. Gol terjadi apabila bola yang dilemparkan atau dipukul dari lapangan masuk ke dalam keranjang, dalam hal ini pemain yang menjaga keranjang tidak menyentuh atau mengganggu gol tersebut. Apabila bola terhenti di pinggir keranjang atau pemain lawan menggerakkan keranjang, maka hal tersebut tidak akan dihitung sebagai sebuah gol.
9. Apabila bola keluar lapangan pertandingan, bola akan dilemparkan kembali ke dalam dan dimainkan oleh pemain pertama yang menyentuhnya. Apabila terjadi perbedaan pendapat tentang kepemilikan bola, maka wasitlah yang akan melemparkannya ke dalam lapangan. Pelempar bola diberi waktu 5 detik untuk melemparkan bola dalam genggamannya. Apabila ia memegang lebih lama dari waktu tersebut, maka kepemilikan bola akan berpindah. Apabila salah satu pihak melakukan hal yang dapat menunda pertandingan, maka wasit dapat memberi mereka sebuah peringatan pelanggaran.
10. Wasit berhak untuk memperhatikan permainan para pemain dan mencatat jumlah pelanggaran dan memberi tahu wasit pembantu apabila terjadi pelanggaran berturut-turut. Wasit memiliki hak penuh untuk memberikan diskualifikasi pemain yang melakukan pelanggaran sesuai dengan yang tercantum dalam aturan 5.
11. Wasit pembantu memperhatikan bola dan mengambil keputusan apabila bola dianggap telah keluar lapangan, pergantian kepemilikan bola, serta menghitung waktu. Wasit pembantu berhak menentukan sah tidaknya suatu gol dan menghitung jumlah gol yang terjadi.
12. Waktu pertandingan adalah 4 quarter masing-masing 10 menit
13. Pihak yang berhasil memasukkan bola ke ring terbanyak akan dinyatakan sebagai pemenang ^[1]

Teknik dasar permainan bola basket

Cara memegang bola basket adalah sikap tangan membentuk mangkok besar. Bola berada di antara kedua telapak tangan. Telapak tangan melekat di samping bola agak ke belakang, jari-jari terentang melekat pada bola. Ibu jari terletak dekat dengan

badan di bagian belakang bola yang menghadap ke arah tengah depan. Kedua kaki membentuk kuda-kuda dengan salah satu kaki di depan. Badan sedikit condong ke depan dan lutut rileks.

Dalam menangkap bola harus diperhatikan agar bola berada dalam penguasaan. Bola dijemput telapak tangan dengan jari-jari tangan terentang dan pergelangan tangan rileks. Saat bola masuk di antara kedua telapak tangan, jari tangan segera melekat ke bola dan ditarik ke belakang atau mengikuti arah datangnya bola. Menangkap bola (catching ball) terdiri dari dua macam cara yaitu menangkap bola di atas kepala dan menangkap bola di depan dada.

Mengoper atau melempar bola terdiri atas tiga cara yaitu melempar bola dari atas kepala (over head pass), melempar bola dari dari depan dada (chest pass) yang dilakukan dari dada ke dada dengan cepat dalam permainan, serta melempar bola memantul ke tanah atau lantai (bounce pass).

Menggiring bola (dribbling ball) adalah suatu usaha membawa bola ke depan. Caranya yaitu dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan. Saat bola bergerak ke atas telapak tangan menempel pada bola dan mengikuti arah bola. Tekanlah bola saat mencapai titik tertinggi ke arah bawah dengan sedikit meluruskan siku tangan diikuti dengan kelenturan pergelangan tangan. Menggiring bola dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi. Menggiring bola rendah bertujuan untuk melindungi bola dari jangkauan lawan. Menggiring bola tinggi dilakukan untuk mengadakan serangan yang cepat ke daerah pertahanan lawan.

Pivot atau memoros adalah suatu usaha menyelamatkan bola dari jangkauan lawan dengan salah satu kaki sebagai porosnya, sedangkan kaki yang lain dapat berputar 360 derajat.

Seorang pemain basket melakukan shooting dengan dua tangan.

Shooting adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang atau ring basket lawan untuk meraih poin. Dalam melakukan *shooting* ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan shooting dengan dua tangan serta shooting dengan satu tangan.

Lay-up adalah usaha memasukkan bola ke ring atau keranjang basket dengan dua langkah dan meloncat agar dapat meraih poin. Lay-up disebut juga dengan tembakan melayang.

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi
Pertemuan pertama	<i>Pendahuluan :</i> <ul style="list-style-type: none">▪ Berbaris▪ Berdoa▪ Presensi▪ Menyampaikan tujuan pembelajaran penyampain di lakukan di dalam kelas sebelum berada di lapangan dan memberi kan media pembelajaran berupa vidio tentang materi tersebut.▪ Pemanasan statis dinamis kemudian bermain. Kemudian dengan permainan kucingan namun bola tidak boleh melewati atas kepala

	<p>dan cara melempar harus memantul terlebih dahulu</p> <p>Inti :</p> <p>Berdoa sebelum dan sesudah kegiatan pembelajaran</p> <p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati berbagai gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket (dribbel , shooting , lay up) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan atau • Mengamati berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi dribblel , shooting , lay up yang diperagakan oleh guru maupun peserta didik lain dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Secara bergantian saling bertanya tentang berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi dribbel , shooting , lay up dari hasil pengamatan <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket (shooting , dribbel , lay up) • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik shooting • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik lay up • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dribbel • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik , dribbel , shooting , lay up <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membandingkan hasil pengamatan berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi teknik shooting , dribbel , lay up baik secara langsung ataupun melalui TV dengan penampilan gerak pada saat proses pembelajaran di kelas. • Menemukan hubungan antara arah serta akurasi saat melepaskan bola . <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bola basket menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik shooting , dribbel, dan lay up yang sudah dipelajarinya dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan. <p>Penutup :</p> <p>Melakukan pendinginan</p> <p>Mengevaluasi pembealajaran</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Berdoa</p>
--	---

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Bola Basket
2. Lapangan Basket
3. Pluit

F. Penilaian

1. Penilaian Sikap

No	Nama	Aspek yang di nilai																jumlah	ket
		Kerja sama				Tanggung jawab				Disiplin				Peduli terhadap lingkunga					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			
3																			
4																			

Keterangan:
1 = kurang
2 = cukup
3 = baik
4 = sangat baik

2. Penilaian Pengetahuan

NO.	SOAL	KUNCI JAWABAN	SK OR
1	Bagaimana prosedur melakukan lay up shoot yang benar	1. berdiri dengan posisi kedua kaki rilek, kedua tangan memegangbola 2. lari awalan dengan bola dipegang dengan dua tangan. 3. pada <i>cek mark</i> tertentukaki melangkan panjang rendah, agak timggi pendek, melompat setinggi mungkin dan memasukan bola ke ring 4. Setelah bola lepas tubuh mendarat dengan kedua kaki dengan lutut ditekuk	4
2	Apakah yang di maksud pivot ?	Pergerakan yang sah di mana seorang pemain yang sedang memegang bola hidup di lapangan permainan , melangkah	4

		sekali atau ebih ke segala arah dengan kaki yang sama .sedngkan kaki lainnya di sebut kaki pivot .	
3	Apakah yang di maksung traveling ?	Pregrakan yang tidak sah kaki melebihi , batas yang telah di tentukan , dan memegang bola hidup di lapangan	4
4	Apakah yang di maksud scoreresheet ?	Berkas resmi catatan pertandingan .	4
	Jumlah skor maksimal		16

PEROLEHAN NILAI:

Nilai
=
Skor Perolehan
x4
Skor Maksimal

- a. Rubrik pemberian skor:
- Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

3. Penilaian Keterampilan

No	Nama	Aspek yang di nilai																jumlah	ket
		Dribbel				Shooting				Lay up				Bermain					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			
3																			
4																			

Keterangan :

Skor 4 : apabila dilakukan dengan sangat sempurna

Skor 3 : apabila dilakukan dengan sempurna

Skor 2 : apabila dilakukan dengan cukup sempurna

Skor 1 : apabila dilakukan dengan kurang sempurna

Mengetahui
Guru Sekolah



Drs. HADI PURNAMA
NIP. 10650101 199803 1 008

Kalasan,
Mahasiswa



YUSFI ASHAR HANAFI
13601241038

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan Pendidikan : SMP N 3 Kalasan
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Permainan Bola Voli
Kelas/Semester : IX/1
Alokasi Waktu : 3x40 x 2

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang /teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.3 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.2 Melakukan doa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran.
1.4 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.	1.2.1 Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan teknik melemparlembing sesuai fungsi tubuh.
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain	2.1.1 Mengikuti peraturan, petunjuk, atau arahan yang diberikan oleh guru.
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar,	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang membahayakan diri sendiri dan

serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.	orang lain.
3.3 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan bola voli untuk meningkatkan koordinasi gerak yang baik.	3.3.1 Mengidentifikasi teknik dasar bola voli
4.3 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan bola voli (passing , service , block) dengan koordinasi gerak yang baik.	4.3.1 Melakukan latihan teknik dasar bola voli dalam bola besar.

C. Materi Pembelajaran

Pengertian Bola Voli

Pengertian Bola Voli. Sumber Gambar: fivb.org

Olahraga Bola voli adalah permainan yang dilakukan oleh 2 tim saling berlawanan, masing-masing tim terdiri dari 6 orang pemain. Penilaian dalam olahraga bola voli dilakukan dengan cara setiap tim harus mengolah bola area lapangan permainan sendiri kemudian bola harus diarahkan melewati *net* ke area lapangan lawan.

Secara umum dalam melakukan teknik dasar bermain bola voli terdiri dari 4 macam.

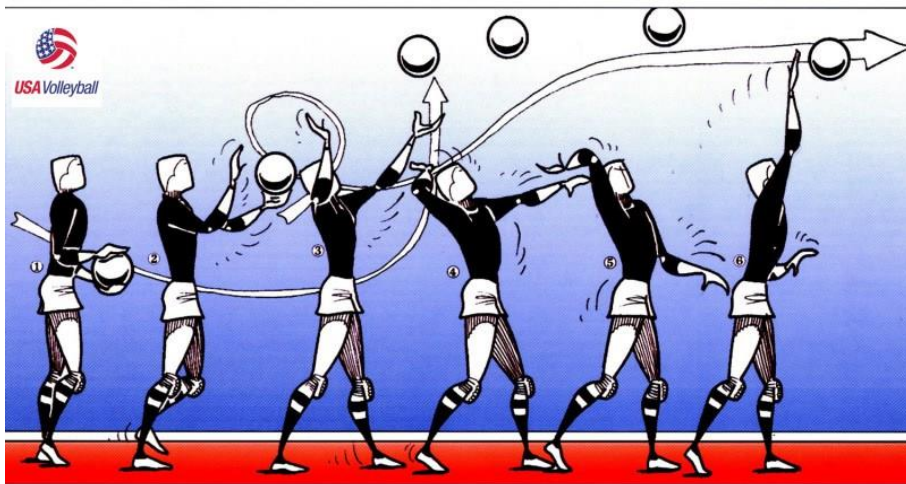
1. Teknik dasar *service* yaitu pukulan bola yang dilakukan di daerah belakang garis lapangan permainan dengan melampaui net ke daerah lawan. Teknik service dilakukan pada saat awal permainan dan setelah terjadinya setiap kesalahan yang dilakukan pemain. Pukulan service dapat berupa serangan bila bola dipukul dengan keras dan terarah menggunakan teknik *smash*.
2. Teknik dasar *passing* yaitu usaha atau upaya seorang pemain dengan menggunakan teknik tertentu, yang bertujuan untuk mendapatkan bola

kemudian diteruskan kepada teman selanjutnya diolah di area lapangan sendiri.

3. Teknik dasar *spike* atau *smash* yaitu bentuk serangan yang paling banyak digunakan dalam permainan bola voli supaya suatu tim mendapatkan banyak poin.
4. Teknik dasar *block* (bendungan) yaitu mencegah serangan lawan dengan cara membendung. Teknik membendung adalah bagian dari pertahanan.

Pada permainan bola voli diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan lanjutan agar dapat bermain voli secara efektif. Berikut penjelasan dari beberapa teknik dasar yang sudah di terangkan di atas.

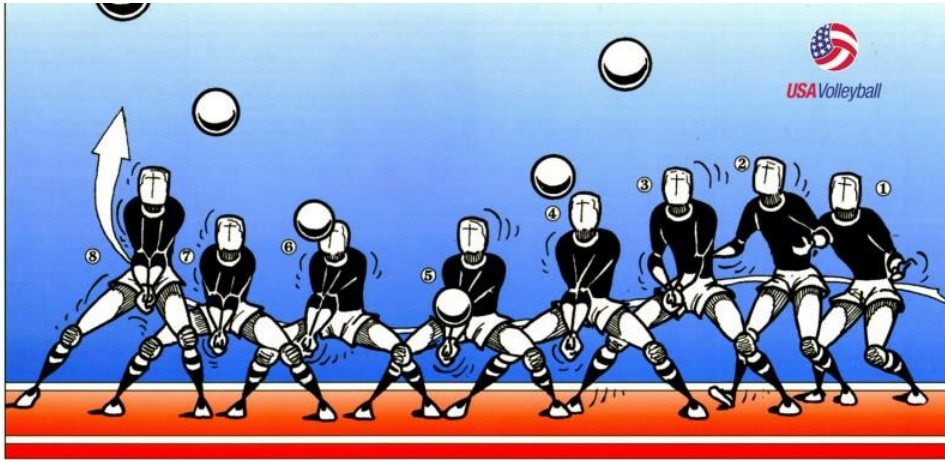
1. Teknik Dasar *Service* Bola Voli



Teknik Dasar Service Permainan Bola Voli. Sumber gambar: students.depaul.edu

Service merupakan teknik dasar bola voli yang harus di pelajari oleh setiap pemain pemula. Teknik *service* dilakukan dengan cara pemain berdiri pada garis belakang lapangan dengan melemparkan bola ke udara kemudian bola dipukul melewati *net* ke arah lapangan area permainan lawan. Tujuan melakukan *service* yaitu memukul bola melewati *net* dengan memilih area yang kosong atau mengarah ke pemain yang terlihat lemah agar tidak bisa diterima oleh pemain lawan supaya tim mendapatkan poin.

2. Teknik Dasar *Passing* Bola Voli



Teknik Dasar Passing Permainan Bola Voli. Sumber gambar: valeant.hubpages.com

Passing juga dapat dikenal dengan sebutan *reception* adalah sebuah usaha yang dilakukan oleh pemain dalam sebuah tim untuk menerima, mengendalikan dan menahan *servis* yang dilakukan oleh pemain lawan dalam bentuk penyerangan. Teknik *passing* terbagi menjadi 2 macam yaitu [passing bawah](#) dan [passing atas](#).

3. Teknik Dasar *Smash* atau *Spike* Bola Voli

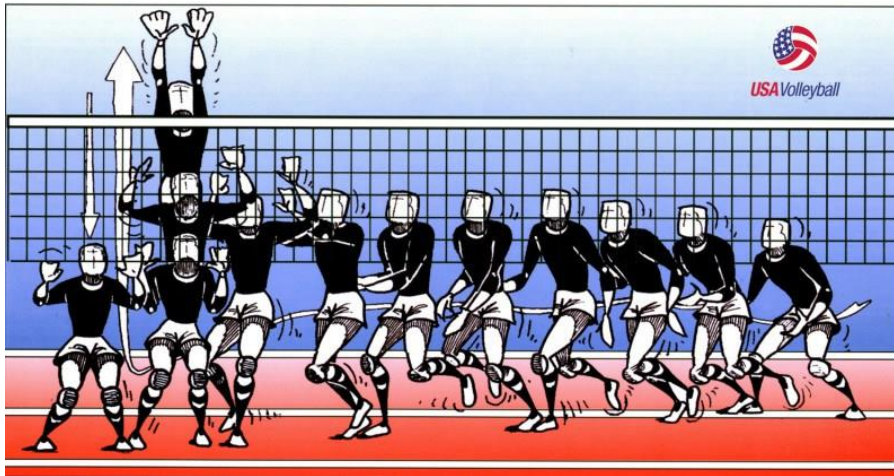


Teknik Dasar Smash atau Spike Permainan Bola Voli. Sumber Gambar: weheartit.com

Smash atau *spike* adalah teknik dasar bola voli yang dilakukan memukul bola menggunakan kekuatan penuh dengan melompat, kemudian bola diarahkan ke area permainan lawan yang kosong. Teknik ini dalam permainan bola voli merupakan pukulan ketiga.

Urutan dalam menerima bola adalah bola pertama biasa dilakukan dengan menggunakan *passing* bawah, kemudian bola kedua dengan *passing* atas dan yang ketiga dengan melakukan teknik *smash*. seorang pemain *spiker* atau penyerang dalam tim idealnya memiliki postur badan dan lompatan yang tinggi. Hal ini karena saat melakukan teknik *smash* pemain harus melakukan lompatan dan memukul bola ketika berada di puncak ketinggian.

4. Teknik Dasar *Block* Bola Voli

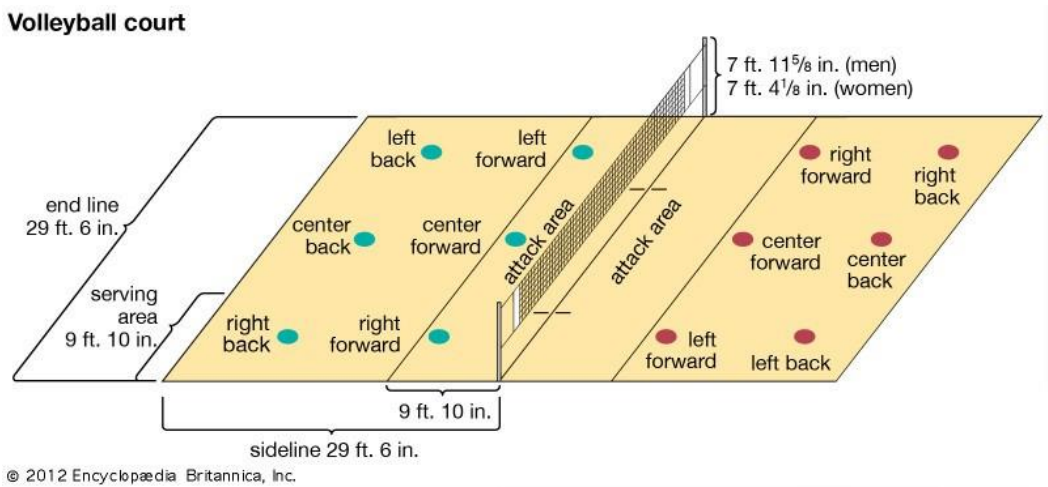


Teknik Dasar Block Permainan Bola Voli. Sumber Gambar: volleyball.vidler.net

Teknik *Block* digunakan untuk menahan atau mencegah serangan yang dilakukan oleh tim lawan. Pertahanan dapat dilakukan dengan cara menggunakan kedua tangan dan dibarengi dengan lompatan yang tinggi, kemudian menahan bola agar tidak masuk ke dalam area permainan sendiri.

Dalam bermain bola voli teknik ini sangat diperlukan oleh tim, oleh karena itu setiap pemain wajib menguasai teknik *block* dengan baik. Langkah yang harus dilakukan untuk melakukan teknik *blok* adalah berdiri dengan posisi kaki yang sejajar, disaat yang bersamaan kedua tangan berada di depan dada dengan posisi tangan menghadap ke arah *net*, kemudian melakukan lompatan dan mengikuti arah bola yang akan di pukul oleh pemain lawan.

Posisi Pemain Bola Voli



Posisi Pemain Bola Voli. Sumber gambar: kids.britannica.com

Dalam permainan bola voli pelatih harus menyusun strategi dengan pintar supaya penguasaan pertandingan bisa dikendalikan. Termasuk pengaturan posisi antara pemain yang satu dengan pemain lainnya. Berikut ini posisi pemain yang berperan penting dalam setiap pertandingan bola voli.

1. Posisi Pemain Bola Voli *Tosser (setter)*

Tosser adalah pemain yang memiliki tugas untuk mengoper bola kepada teman satu timnya dan mengatur ritme jalannya permainan.

2. Posisi Pemain Bola Voli *Spikker (smash)*

Spikker adalah pemain yang memiliki tugas untuk memukul bola agar jatuh di area pertahanan permainan lawan

3. Posisi Pemain Bola Voli *Libero*

Libero adalah pemain yang memiliki tugas bertahan dengan cara menahan bola dari pukulan lawan. Pemain ini bisa bebas dalam keluar masuk pertandingan, namun tidak boleh melakukan teknik *smash*. Pemain *libero* hanya boleh menggunakan passing bawah atau passing atas jika bola ingin melewati net.

4. Posisi Pemain Bola Voli *Defender (pemain bertahan)*

Defender adalah pemain yang memiliki tugas bertahan untuk menerima serangan dari tim lawan.

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi
Pertemuan pertama	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Berbaris▪ Berdoa▪ Presensi▪ Menyampaikan tujuan pembelajaran penyampain di lakukan di dalam kelas sebelum berada di lapangan dan memberi kan media pembelajaran berupa vidio tentang materi tersebut.▪ Pemanasan statis dinamis kemudian bermain. <p>Siswa membuat kelompok dengan beranggotakan 5 orang kemudian ada 2 orang yang tidak masuk kelompok , mereka jaga dan di kejar cara bermain yaitu yang jaga mengejar orang satunya apabila tidak kena bisa hinggap di kelompok dan barusan kedepan kemudian yang belakang lari begitu seterusnya apabila kena maka gantian.</p> <p>Inti :</p> <p>Berdoa sebelum dan sesudah kegiatan pembelajaran</p> <p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengamati berbagai gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli (passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smesh dan bendungan) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan atau• Mengamati berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi passing, servis, smesh dan bendungan yang diperagakan oleh guru maupun peserta didik lain dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none">• Secara bergantian saling bertanya tentang berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi passing, servis smesh dan bendungandari hasil pengamatan <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none">• Mendiskusikan berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi

	<p>teknik dasar permainan bolavoli (passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smesh dan bendungan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar passing • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar servis dan menerima servis • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar servis, menerima servis, dan smeh • Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar servis, menerima servis, smeh dan melakukan bendungan. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membandingkan hasil pengamatan berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar passing, servis, smesh dan bendungan baik secara langsung ataupun melalui TV dengan penampilan gerak pada saat proses pembelajaran di kelas. • Menemukan hubungan antara perkenaan bola saat melakukan passing bawah dengan jalannya bola. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bolavoli menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smesh dan bendungan yang sudah dipelajarinya dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan. <p>Penutup : Melakukan pendinginan Mengevaluasi pembealajaran Tanya jawab Berdoa</p>
Pertemuan kedua	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Berbaris ▪ Berdoa ▪ Presensi ▪ Menyampaikan tujuan pembelajaran

	<div>▪ Pemanasan</div> <p>Siswa berjalan sambil membentuk lingkaran besar kemudian guru memberikan aba aba untuk membentuk atau berkumpul (misalkan guru bilang 5 maka siswa harus berkumpul 5 orang) nanti siswa yang tidak mendapatkan kelompok berada di tangan dan di suruh bersalaman bersama teman.</p> <p>Inti :</p> <p>Guru membimbing siswa untuk :</p> <p>Berdoa sebelum dan sesudah kegiatan pembelajaran</p> <p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengamati berbagai gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli (passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smesh dan bendungan) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan atau• Mengamati berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi passing, servis, smesh dan bendungan yang diperagakan oleh guru maupun peserta didik lain dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none">• Secara bergantian saling bertanya tentang berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi passing, servis smesh dan bendungan dari hasil pengamatan <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none">• Mendiskusikan berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli (passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smesh dan bendungan• Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar passing• Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar servis dan menerima servis• Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar servis, menerima servis, dan smeh• Mempraktekkan gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar servis, menerima servis, smeh dan melakukan bendungan. <p>Mengasosiasi</p>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> Membandingkan hasil pengamatan berbagai macam gerakan variasi dan kombinasi teknik dasar passing, servis, smesh dan bendungan baik secara langsung ataupun melalui TV dengan penampilan gerak pada saat proses pembelajaran di kelas. Menemukan hubungan antara perkenaan bola saat melakukan passing bawah dengan jalannya bola. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bolavoli menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smesh dan bendungan yang sudah dipelajarinya dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan secara wajar selama melakukan permainan. <p>Penutup :</p> <ul style="list-style-type: none"> Pendinginan Melakukan refleksi tentang pembelajaran Tanya jawab Berdoa
--	---

E. Alat dan Sumber Belajar

- Bola voli
- Lapangan voli
- Net

F. Penilaian

1. Penilaian Sikap

No	Nama	Aspek yang di nilai																jumlah	ket
		Kerja sama				Tanggung jawab				disiplin				Peduli terhadap lingkungan					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		

1																			
2																			
3																			
4																			

Keterangan:

- 1 = kurang
- 2 = cukup
- 3 = baik
- 4 = sangat baik

2. Penilaian Pengetahuan

N O.	SOAL	KUNCI JAWABAN	SKOR
1	Bagaimana prosedur melakukan passing atas yang benar?	1. berdiri kedua kaki dibuka selebar bahu atau posisi melangkah, 2. kedua lutut dan pinggul direndahkan, 3. dorong bola ke arah teman yang berada di hadapannya dengan kedua tangan ke depan atas 4. bersamaan kedua tumit, lutut dan pinggul naik	4
2	Bagaimana prosedur melakukan passing bawah yang benar?	1. berdiri kedua kaki dibuka selebar bahu atau posisi melangkah, 2. kedua lutut dan pinggul direndahkan, kedua lengan lurus dan rapat di tempatkan di bawah bola 3. dorongkan kedua lengan ke arah bola 4. bersamaan kedua tumit, lutut dan pinggul naik	4
3	Apa fungsi servis dalam permainan bola voli?	1. Awalan permainan 2. Serangan 3. Menyajikan bola 4. Memperoleh poin	4

4	Bilamana passing atas dan passing bawah digunakan dalam permainan bola voli?	Passing atas: Jika bola datang dari arah depan, di atas kepala Passing bawah: Jika bola datang dari arah depan, di bawah dada	2
	Jumlah skor maksimal		10

PEROLEHAN NILAI:

Nilai
 =

$$\frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

- b. Rubrik pemberian skor:
- Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

3. Penilaian Keterampilan

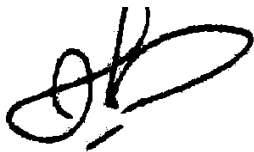
No	Nama	Aspek yang di nilai																jumlah	ket
		Memposisikan diri				service				Passing atas				Passing bawah					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			

3																			
4																			

Keterangan :

- 1 = kurang
- 2 = cukup
- 3 = baik
- 4 = sangat baik

Mengetahui
Guru Sekolah



Drs. HADI PURNAMA
NIP. 10650101 199803 1 008

Kalasan,
Mahasiswa



YUSFI ASHAR HANAFI
13601241038

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMPN 3 KALASAN
Kelas/Semester : IX
Mata Pelajaran : Pen. Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 3 x 40menit

A. Kompetensi Inti

Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah

Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar

- 3.5 Menganalisis konsep latihan dan pengukuran push up, sit up serta shuttle run
- 4.5 mempraktikkan hasil analisis konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.5.1 Menganalisis rangkaian konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.2 Mengurutkan teknik rangkaian konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.3 Menyimpulkan kesalahan umum yang sering dilakukan peserta didik ketika melakukan latihan push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.4 Menganalisis penyebab kesalahan teknik rangkaian gerakan push up, sit up, serta shuttle run yang dilakukan salah satu temannya
- 3.5.5 Menemukan teknik rangkaian konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run yang baik dan benar
- 4.5.1 Mendemonstrasikan sikap awalan dalam rangkaian gerakan push up, sit up, serta shuttle run
- 4.5.2 Mendemonstrasikan sikap pelaksanaan rangkaian gerakan push up, sit up, serta shuttle run
- 4.5.3 Mendemonstrasikan sikap akhir dalam rangkaian push up, sit up, serta shuttle run

D. Tujuan Pembelajaran

- 3.5.1.1 Melalui pengamatan peserta didik dapat menerangkan teknik rangkaian konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.2.1 Setelah mencoba dan diskusi peserta didik dapat mengurutkan rangkaian konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.3.1 Setelah mencoba dan diskusi peserta didik menyimpulkan kesalahan umum yang sering dilakukan peserta didik ketika melakukan teknik rangkaian gerakan push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.4.1 Melalui pengamatan peserta didik dapat menganalisis penyebab kesalahan teknik rangkaian gerakan yang dilakukan salah satu temannya dengan santun
- 3.5.5.1 Melalui eksperimen dan asosiasi peserta didik dapat menemukan teknik rangkaian gerakan push up, sit up, serta shuttle run yang baik

E. Materi Pembelajaran

Kebugaran jasmani merupakan suatu media untuk mengukur derajat kebugaran jasmani. Pembinaan kondisi fisik merupakan optimalisasi potensi untuk memiliki kekhususan dalam cabang olahraga tertentu.

F. Pendekatan, Model dan Metode

- Pendekatan Saintifik
- Model Dyscovery Learning
- Metode Demonstrasi

G. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan ke 1		Menit
a. Pendahuluan/ Kegiatan Awal	<div>1. Peserta didik dibariskan menjadi 4 bersaf dengan diatur dari barisan yang laki-laki disebelah kanan dan perempuan di sebelah kiri</div> <div>2. Peserta didik berdoa di pimpin oleh ketua kelas secara bersama-sama</div> <div>3. Menuliskan buku agenda kelas dengan materi yang akan diajarkan</div> <div>4. Peserta didik melakukan lari 4 lapangan sebagai bentuk awal dari pemanasan dan dilanjutkan dengan melakukan peregangan statis dan dinamis secara bersama-sama</div>	15 MENIT
b. Kegiatan Inti	<div>Mengamati</div> <ul style="list-style-type: none">• Membaca informasi tentang rangkaian konsep latihan dan pengukuran sit up, push up, serta shuttle run• Mencari dan mengamati informasi tentang rangkaian konsep latihan dan pengukuran sit up,	105 MENIT

	<p>push up, serta shuttle run dari berbagai sumber media cetak atau melalui video dan membuat catatan tentang materi tersebut</p> <p>Menanya</p> <p>Setelah peserta didik mengamati tentang rangkaian konsep latihan dan pengukuran sit up, push up, serta shuttle run, guru memberi kesempatan peserta didik untuk menggali lebih dalam tentang materi tersebut</p> <p>Mencoba</p> <p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk melakukan sit up, push up, serta shuttle run</p> <p>Menalar:</p> <p>Secara berpasangan peserta saling menilai gerakan sit up, push up, serta shuttle run</p> <p>Menyaji :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menampilkan gerakan konsep latihan dan pengukuran sit up, push up, serta shuttle run berdasarkan hasil penilaian secara individu maupun penilaian dari teman sejawat • Guru mengamati setiap gerakan yang dilakukan oleh peserta didik <p>Mencipta:</p> <p>Peserta didik melakukan rangkaian konsep latihan dan pengukuran sit up, push up, serta shuttle run.</p> <p>Mengukur kebugaran jasmani dengan lari 2.400km</p>	
c. Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi sit up, push up, serta shuttle run • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi sit up, push up, serta shuttle run 	15 MENIT

	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	
--	---	--

H. Penilaian Pembelajaran, Remedial dan Pengayaan

➤ Rubrik Penilaian Pengetahuan Kebugaran Jasmani

NO	SOAL	KUNCI JAWABAN	SKOR
1	Bagaimana prosedur melakukan push up yang benar?	5. Tidur telungkup 6. Kedua kaki rapat lurus ke belakang dengan ujung kaki bertumpu pada lantai 7. Kedua telapak tangan menapak lantai di samping dada, jari jari menghadap ke depan, siku ditekuk. 8. Angkat badan ke atas hingga kedua tangan lurus, sementara posisi kepala, badan, dan kaki berada dalam satu garis lurus. 9. Badan diturunkan kembali dengan cara menekuk lengan, sementara posisi kepala, badan, dan kaki tetap lurus tidak menyentuh lantai. 10. Gerakan ini dilakukan berulang-ulang sampai jumlah atau waktu yang ditentukan.	3
2	Bagaimana prosedur melakukan sit up yang benar?	5. Sikap awal tidur terlentang, kedua lutut ditekuk, jari-jari berkaitan di belakang kepala, dan pergelangan kaki dipegangi teman. 6. Angkat badan ke atas sampai posisi duduk, kedua tangan tetap berada dibelakang kepala. 7. Badan diturunkan kembali ke sikap awal.	3

		8. Gerakan ini dilakukan berulang-ulang sebanyak mungkin	
3	Apa yang dimaksud kebugaran jasmani?	<i>Kebugaran jasmani</i> merupakan suatu media untuk mengukur derajat kebugaran jasmani. Pembinaan kondisi fisik merupakan optimalisasi potensi untuk memiliki kekhususan dalam cabang olahraga tertentu.	2
4	Bagaimana kesalahan - kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan sit up?	<ul style="list-style-type: none"> - Tangan tidak di belakang kepala - Kaki terangkat saat mengangkat badan - Posisi badan menjadi miring ke samping 	2
	Jumlah skor maksimal		10

Petunjuk Penilaian:

1. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua atau lebih indikator.
2. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
3. Skor 1: Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

➤ Rubrik Penilaian Teknik Push Up

No	Nama Siswa	Sikap Awal			Gerakan			Sikap Akhir			Jml	Nilai
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
Ds b												
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 9												

Petunjuk:

- 1) Sikap Awal
 - Posisi Tangan di menempel di lantai
 - Posisi Badan lurus
- 2) Sikap Melakukan

- Lengan luruskan untuk mengangkat badan
- Posisi kepala badan dan kaki lurus

3) Sikap Akhir

- Sikut ditekuk saat turun
- Badan tidak menyentuh lantai saat turun

Nilai 3: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 2: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 1: jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

➤ Rubrik Penilaian Teknik Sit Up

No	Nama Siswa	Sikap Awal			Gerakan			Sikap Akhir			Jml	Nilai
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
Ds												
b												
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 9												

Petunjuk:

- Sikap awal
 - kedua lutut ditekuk
 - jari-jari berkaitan di belakang kepala, dan pergelangan kaki dipegangi teman.
- Sikap Pelaksanaan
 - Angkat badan ke atas sampai posisi duduk,
 - kedua tangan tetap berada dibelakang kepala
- Sikap Akhir
 - Badan diturunkan kembali ke sikap awal.

Nilai 3: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar
 Nilai 2: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar
 Nilai 1: jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian

=

X 100%

Jumlah skor maksimal

➤ Rubrik Penilaian Shuttle Run

No	Nama Siswa	Perolehan Waktu	Skor
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
Ds b			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 85			

Table penilaian *shuttle run*

Skor	Shttle run Putra	Kriteria	Shuttle run putri
85	<15,5	Sempurna	<16,7
80	16 – 15,6	Baik sekali	17,4-16,8
75	16,6-16,1	Baik	18,2-17,5
70	17,1-17,6	Cukup	18,9– 18,3
65	17,7-17,2	Kurang	19,6 -19,0

➤ Analisis Hasil Penilaian

No	Nama No Soal → Siswa Bobot →	Skor yang diperoleh											Ketercapaian (%)	Ketunt. Belajar	
														Ya	Tdk
												Jml Skor			
1															
2															

3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															
Jumlah Skor															
Jumlah Skor Maks (ideal)															
Prosentase Keterc./daya Serap															
Prosentase ketuntasan															

Nilai (x)	Frek. (f)	f. x	
10			Nilai rata rata = $\frac{\sum fx}{\sum f}$ =
9.5			
9			
8.5			Daya serap = $\frac{\sum fx}{\sum f \times 10} \times 100\%$ =% =
8			
7.5			
7			Nilai tuntas minimal p = Siswa dinyatakan tuntas belajar bila telah mencpanilai $x \geq p$ • Kelas dinyatakan telah tuntas, bila jumlah siswa yang memperoleh nilai $\geq p$ minimal 85 %
6.5			
6			
5.5			
5			

4.5			<p>Jumlaj siswa yang</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nilainya $\geq p$ ada orang • Nilainya $< p$ ada orang <p>Perbaikan individual sebanyak .orang</p> <p>Ketuntasan klasikal = %</p> <p>Jadi seera klasikal : <i>Tuntas / Belum Tuntas</i> *)</p>
4			
3.5			
3			
2.5			
2			
1.5			
1			
0.5			
Jumlah			

Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

Mata Pelajaran : Pen. Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Kebugaran Jasmani

1) Kompetensi Dasar

- 3.5Menganalisis konsep latihan dan pengukuran push up, sit up serta shuttle run
- 4.5 Mempraktikkan hasil analisis konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run

2) Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.5.1 Menganalisis rangkaian konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.2 Mengurutkan teknik rangkaian konsep latihan dan pengukuran push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.3 Menyimpulkan kesalahan umum yang sering dilakukan peserta didik ketika melakukan latihan push up, sit up, serta shuttle run
- 3.5.4 Menganalisis penyebab kesalahan teknik rangkaian gerakan push up, sit up, serta shuttle run yang dilakukan salah satu temannya

3) Rencana Pengayaan :

- a. Pengetahuan / Ujian Tulis
- b. Keterampilan/ Praktik


4) KKM Mapel : 75

NO	NAMA PESERTA DIDIK	NILAI	BENTUK PENGAYAAN
1			
2			
3			
4			
5			

I. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

- Gambar dan Video
- Lapangan
- Buku referensi, *Buku Pegangan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas X kurikulum 13*

Mengetahui
Guru Sekolah



Drs. HADI PURNAMA
NIP. 10650101 199803 1 008

Kalasan,
Mahasiswa



YUSFI ASHAR HANAFI
13601241038

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan Pendidikan : SMP N 3 Kalasan
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Lelempar Lembing
Kelas/Semester : IX
Alokasi Waktu : 3x1x40

A. Kompetensi Inti

- 1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
- 2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
- 3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- 4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang /teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.5 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.3 Melakukan doa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran.
1.6 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.	1.2.1 Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan teknik melempar lembing sesuai fungsi tubuh.
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain	2.1.1 Mengikuti peraturan, petunjuk, atau arahan yang diberikan oleh guru.
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar,	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang membahayakan diri sendiri dan

serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.	orang lain.
3.3 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) untuk meningkatkan koordinasi gerak yang baik.	3.3.1 Mengidentifikasi teknik dasar melempar lembing dalam olahraga lempar lembing.
4.3 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) dengan koordinasi gerak yang baik.	4.3.1 Melakukan latihan teknik dasar melempar lembing dalam olahraga lempar lembing.

C. Materi Pembelajaran

Lempar Lembing

Merupakan salah satu cabang olahraga atletik nomor lempar. Lembing adalah alat yang digunakan dalam olahraga ini. Alat ini berbentuk seperti tombak dengan sudut tajam di salah satu ujungnya. Pada dasarnya lempar lembing berarti melempar lembing dari tangan dengan sekuat tenaga untuk memperoleh jarak lemparan sejauh mungkin.

❖ Teknik Dasar Lempar Lembing

Dalam lempar lembing terdapat beberapa teknik dasar yang harus diketahui. Teknik dasar tersebut meliputi cara memegang, membawa, dan melempar lembing.

A. Memegang Lembing

Cara memegang lembing yang biasa dilakukan para pelempar, yaitu cara Amerika dan cara Finlandia.

- 1) Cara Amerika: Pegang lembing di bagian belakang lilitan lembing dengan jari telunjuk melingkar di belakang lilitan dan ibu jari menekannya di bagian permukaan yang lain. Sementara itu, jari-jari lain turut melingkar di badan lembing dengan longgar.

- 2) Cara Finlandia : Pegang lembing pada bagian belakang lilitan dengan jari tengah dan ibu jari, sementara telunjuk berada sepanjang batang lembing dan agak serong ke arah yang wajar. Jari-jari lainnya turut melingkar di badan lembing dengan longgar.
- 3) Cara menjepit : cara memegang lembing dengan cara menjepit di antara jari telunjuk dan jari tengah.

B. Gaya Langkah Jingkat (hop step)

Yang dimaksud dengan gaya langkah jingkat adalah saat akan mengambil posisi/sikap lempar didahului gerakan berjingkat (hop). Adapun cara berjingkat sebagai berikut :

1. Pada saat kecepatan awalan telah dicapai (dalam hal ini pihak pelempar telah menempatkan tanda-tanda/check mark sebelumnya), maka lengan kanan secara pelan/rileks mulai diurai untuk diluruskan kebelakang/samping kanan, sikap badan sedikit berputar ke kanan, pandangan kedepan. Sebelum lengan kanan benar-benar lurus dan saat kaki kanan mendarat/berinjak ditanah, maka dengan kaki kanan itu pula gerakan berjingkat dilakukan sedang kaki kiri diayun rendah cukup jauh kesamping.
2. Gerakan berjingkat berakhir dengan kaki kanan mendarat terlebih dahulu, disusul kaki kiri mendarat cukup jauh kesamping kiri. Bahu kiri diputar ke kanan, lengan kiri juga diayun rileks kekanan setinggi bahu, pandangan kearah sasaran.
3. Sikap lemparan ini pada pelaksanaannya hanya terjadi sangat singkat/sekejap saja, karena saat itu pula gerakan melempar lembing harus segera dilakukan. Jadi saat melakukan lari awalan, berjingkat dan sampai terjadi sikap lempar serta gerakan melempar harus berlangsung secara cepat, continue (bersambung), lancar dan mulus.

Gaya Langkah Silang

Kalu pada gaya langkah jingkat pada saat mengambil posisi lemparan dengan berjingkat. Sedangkan pada gaya silang ini saat akan mengambil posisi lempar didahului dengan gerakan menyilangkan kaki kanan didepan kaki kiri (silang depan). Adapun gerakan pada langkah silang sebagai berikut :

1. Pada saat kecepatan awalan telah tercapai dan sampai pada tanda yang telah ditentukan, maka lengan kanan mulai diluruskan kesamping kanan, badan diputar kedepan, lengan kiri diayun kekanan rileks setinggi bahu. Saat itu kaki kiri melangkah kedepan, dan saat itu pula kaki kanan diayunkan/dilangkahkan menyilang ke kiri lewat depan kaki kiri.
2. Setelah kaki kanan menyilang dan sebelum mendarat ditanah, maka kaki kiri secepatnya diayun jauh dan rendah kesamping kiri. Saat kaki kiri berpijak ditanah, saat itu pula terjadi sikap lempar.

C. Membawa Lembing

Ada tiga cara membawa lembing yang biasa digunakan pelempar saat melakukan awalan, di antaranya sebagai berikut :

- 1) Lembing dibawa di atas bahu dengan mata lembing menghadap serong ke atas.
- 2) Lembing dibawa di belakang badan sepanjang alur lengan dengan mata lembing menghadap ke arah depan serong ke atas.
- 3) Lembing dibawa di atas bahu dengan mata lembing menghadap serong ke arah bawah.



Gambar: *Cara membawa lembing*

D. Melempar Lembing

Melempar lembing terbagi menjadi beberapa tahap yaitu awalan, lemparan, dan akhiran.

1) Awalan

Awalan berlari sambil membawa lembing di atas kepala dengan lengan ditekuk, sikut menghadap ke depan dan telapak tangan menghadap atas. Posisi lembing berada sejajar di atas garis paralel dengan tanah. Bagian terakhir awalan terdiri atas langkah silang (cross step). Pada bagian akhir dapat dilakukan langkah dengan beberapa cara berikut.

1. Dengan jingkat (hop step)
2. Dengan langkah silang di depan (cross step)
3. Dengan langkah silang di belakang (rear cross step)

Proses peralihan (cross step) dilakukan saat kaki diturunkan. Kedua bahu diputar perlahan ke arah kanan (bukan kidal), lengan kanan mulai bergerak dan diluruskan ke arah belakang dengan tubuh bagian atas condong ke belakang. Pandangan selalu melihat lurus ke depan

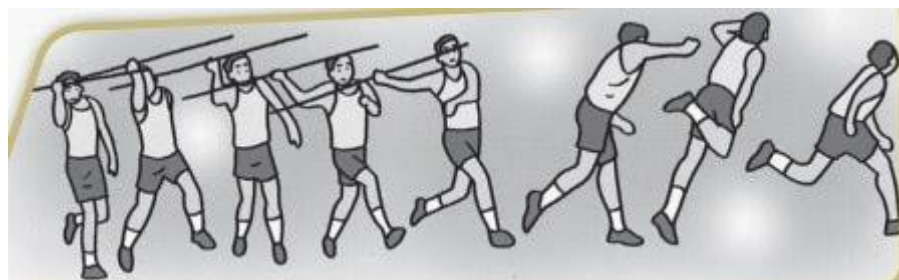
2) Lemparan

Pada gerak melemparkan lembing, tarik bahu kanan dan lengan melakukan gerakan melempar melalui poros bahu dengan kuat ke depan-atas. Badan bergerak melewati kaki depan, lalu melepaskan lembing.

3) Akhiran

Gerak akhir lemparan dilakukan dengan melangkahkan kaki ke depan untuk menyeimbangkan gerak agar tidak terjatuh dan tidak melebihi garis batas lemparan.

Gerak akhir lemparan dilakukan dengan melangkahkan kaki ke depan untuk menyeimbangkan gerak agar tidak terjatuh dan tidak melebihi garis batas lemparan.



Gambar: *Rangkaian gerak lempar lembing*

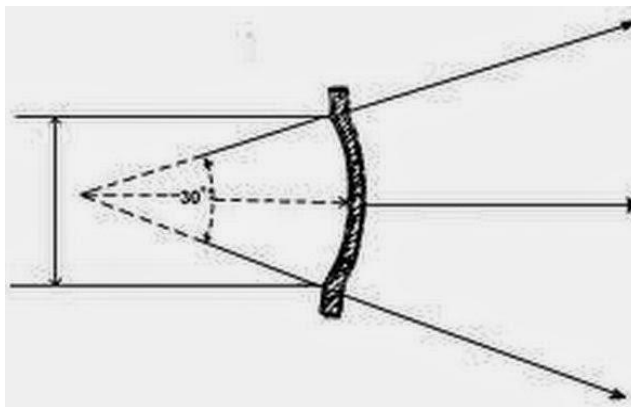
4). Peraturan Perlombaan Lempar Lembing

Berikut ini beberapa peraturan yang diberlakukan dalam perlombaan lempar lembing.

a. Lembing

Lembing terbuat dari bambu dengan bagian ujung runcing yang terbuat dari logam. Lembing terdiri atas tiga bagian, yaitu mata lembing, badan lembing, dan pegangan lembing. Ukuran lembing yang digunakan untuk putra memiliki panjang 2,6–2,7 meter dan beratnya 800 gram. Sementara itu, lembing yang digunakan oleh putri memiliki panjang 2,2–2,3 meter dan beratnya 600 gram.

b. Lapangan Lempar Lembing



Gambar: *Lapangan lempar lembing*

Berikut ini penjelasan tentang lapangan lempar lembing.

1. Lintasan awal dibatasi oleh garis 5 cm dan terpisah 4 meter. Panjang lintasan minimal 30 m dan maksimal 36,5m.
2. Lengkung lemparan dibuat dari kayu atau logam dan dicat putih selebar 7 cm. Lengkungan ini datar dengan tanah dan merupakan busur dari lingkaran yang berjari-jari 8 meter. Garis 1,5 meter terletak melilit titik pusat gravitasi lembing.

3. Sudut lemparan dibentuk dari dua garis yang dibuat dari titik pusat lengkung-lemparan dengan sudut 29 derajat memotong kedua ujung lengkung lemparan, dengan tebal garis sektor 5 cm.

c. Aturan Melempar

Setiap atlet berhak melempar sebanyak 3 kali. Lemparan dilakukan dengan menggunakan satu tangan.

Atlet akan didiskualifikasi karena hal-hal berikut.

- 1. Lembing tidak dipegang pada pembalutnya.
- 2. Setelah dipanggil 2 menit belum melempar.
- 3. Menyentuh besi batas lemparan sebelah atas.
- 4. Setelah melempar keluar lewat garis sektor lempar.
- 5. Lembing jatuh di luar garis sektor lempar.
- 6. Ujung lembing tidak membekas pada tanah

E. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi
Pertemuan pertama	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Berbaris▪ Berdoa▪ Presensi▪ Menyampaikan tujuan pembelajaran▪ Pemanasan dengan permainan <p>Inti :</p> <p>Guru membimbing siswa untuk :</p> <p>Mengamati :</p> <ul style="list-style-type: none">1. Siswa mengamati keterampilan gerak melempar lembing melalui pengamatan dan peragaan siswa lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru. Serta melihat pemutaran vidio mengenai lempar lembing. <p>Menanya :</p> <ul style="list-style-type: none">1. Siswa merumuskan pertanyaan mengenai hal hal yang berkaitan

	<p>dengan lempar lembing dan “bagaimana gerakan melempar lembing”, yang di mediasi oleh guru. Serta dari vidio yang telah di putar .</p> <p>Mencoba/mengumpulkan data :</p> <p>1. Siswa mempraktikkan keterampilan gerak melempar lembing secara kelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai , sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin. Selama praktik tugas, siswa untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>Mengasosiasi :</p> <p>1. Siswa mampu menemukan cara yang benar tentang cara melakukan/mempraktikan teknik melempar lembing dengan kekuatan lemparan yang sebenarnya.</p> <p>Mengkomunikasikan :</p> <p>Siswa mempraktekan keterampilan gerak melempar dalam perlombaan lempar lembing dengan peraturan yang sebenarnya dan guru mengamati siswa selama berlomba (yang diamati adalah apakah siswa sudah dapat menguasai teknik dasar melempar lembing, misalnya Melempar lembing terbagi menjadi 3 (tiga) tahap yaitu awalan, lemparan, dan akhiran, siswa dapat melakukan ke tiga tahapan tersebut dengan benar).</p> <p>Penutup :</p> <p>Menyiapkan siswa</p> <p>Mengitung jumlah siswa</p> <p>Mengevaluasi pembelajaran (tanya jawab)</p> <p>Berdoa</p>
--	---

F. Alat dan Sumber Belajar

- 1. Ruang terbuka yang cukup luas dan datar
- 2. Lapangan atletik, lapangan lempar lembing atau lapangan sepak bola
- 3. Tongkat lembing dan baju olahraga

G. Penilaian

No	Nama	Aspek yang di nilai				Jumlah	ket
		Kerja sama	Tanggung	disiplin	Peduli terhadap		

						jawab								lingkunga					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			
3																			
4																			

Keterangan:

- 1 = kurang
- 2 = cukup
- 3 = baik
- 4 = sangat baik

Penilaian Pengetahuan

N O.	SOAL	KUNCI JAWABAN	SKOR
1	Atlet akan di diskualifikasi dalam lempar lembing apabila ?	<p>Leming tidak dipegang pada pembalutnya.</p> <ol style="list-style-type: none"> Setelah dipanggil 2 menit belum melempar. Menyentuh besi batas lemparan sebelah atas. Setelah melempar keluar lewat garis sektor lempar. Leming jatuh di luar garis sektor lempar. Ujung leming tidak membekas pada tanah 	3
2	Sebutkan gaya gaya dalam lempar lembing ?	<ol style="list-style-type: none"> Gaya jikat Gaya singkat 	3
3	Sebutkan 3 cara memegang	5. Cara amerika	2

	lembing ?	6. Firlanda 7. Mencepit	
4	Sebutkan cara membawa lemping ?	1) Lembing dibawa di atas bahu dengan mata lembing menghadap serong ke atas. 2) Lembing dibawa di belakang badan sepanjang alur lengan dengan mata lembing menghadap ke arah depan serong ke atas. 3) Lembing dibawa di atas bahu dengan mata lembing menghadap serong ke arah bawah.	2
	Jumlah skor maksimal		10

PEROLEHAN NILAI:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

- c. Rubrik pemberian skor:
- Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

Penilaian Keterampilan

No	Nama	Aspek yang di nilai				Jumlah	Nilai
		Gaya Langkah Silang					
		1	2	3	4		

Keterangan :

Skor 4 : apabila dilakukan dengan sangat sempurna

Skor 3 : apabila dilakukan dengan sempurna

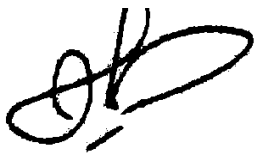
Skor 2 : apabila dilakukan dengan cukup sempurna

Skor 1 : apabila dilakukan dengan kurang sempurna

Kalasan,

Mengetahui
Guru Sekolah

Mahasiswa



Drs. HADI PURNAMA
NIP. 10650101 199803 1 008



YUSFI ASHAR HANAFI
13601241038

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan Pendidikan	: SMP N 3 Kalasan
Mata Pelajaran	: PJOK
Materi Pokok	: Senam Lantai
Kelas/Semester	: IX/1
Alokasi Waktu	: 3x40x2

A. Kompetensi Inti

- 1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
- 2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
- 3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- 4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang /teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.7 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.4 Melakukan doa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran.
1.8 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.	1.2.1 Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan teknik senam lantai (roll depan dan belakang)sesuai fungsi tubuh.
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain	2.1.1 Mengikuti peraturan, petunjuk, atau arahan yang diberikan oleh guru.
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar,	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang membahayakan diri sendiri dan

serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.	orang lain.
3.3 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan senam lantai (roll depan dan roll belakang) untuk meningkatkan koordinasi gerak yang baik.	3.3.1 Mengidentifikasi teknik dasar senam lantai roll depan roll belakang dalam olahraga senam lantai.
4.3 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan senam lantai (roll depan dan roll belakang) dengan koordinasi gerak yang baik.	4.3.1 Melakukan latihan teknik roll depan dan roll belakang dalam olahraga senam lantai.

C. Materi Pembelajaran

Teknik Roll depan dan Roll belakang.

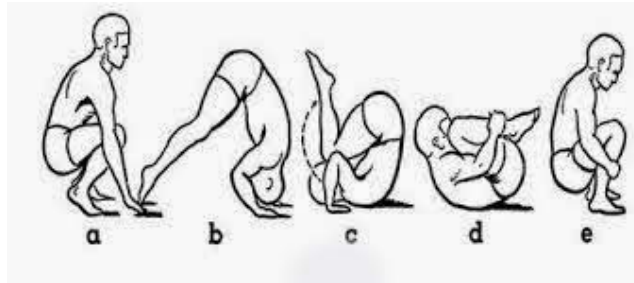
Sebenarnya sangat mudah menggulingkannya (menggelondongkannya) suatu benda : terutama benda itu bundar (tidak ada segi-seginya) dan landasan tempat mengguling itu menurun, sehingga gaya berat benda itu merupakan mesin penggerak,Jelaslah bahwa latihan mengguling pada dasarnya ialah bagaimana atau sejauh mana anak dapat membuat badannya sebandar mungkin , sehingga ia mudah dapat mengguling.

Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga yang sederhana karena dapat dilakukan tanpa bantuan alat. Banyak gerakan yang dapat dilakukan dalam senam lantai, di antaranya yang sering dilakukan adalah gerakan roll depan dan juga roll belakang. Kedua gerakan ini memang termasuk ke dalam gerakan senam lantai yang sederhana tetapi perlu adanya teknik khusus agar anda tidak salah dalam melakukannya yang dapat berdampak fatal pada tubuh anda.

Senam lantai roll depan merupakan senam lantai yang dapat anda lakukan dengan gerakan menggulingkan badan ke arah depan, sedangkan untuk senam lantai roll belakang merupakan salah satu gaya gerakan senam dengan posisi berguling ke arah belakang. Kedua jenis gerakan senam lantai ini pada dasarnya hampir sama, hanya berbeda pada posisi awal tubuh saat akan melakukan gerakan senam.

Beberapa teknik senam lantai roll depan dan roll belakang memang harus anda ketahui sehingga anda dapat melakukan gerakan ini dengan benar. Kesalahan dalam melakukan gerakan dapat juga menyebabkan munculnya cedera baik itu cedera ringan hingga berat dan untuk itu sebelum anda melakukan gerakan senam lantai roll depan dan juga roll belakang ada baiknya jika anda menyimak uraian berikut ini.

1. Teknik Roll depan

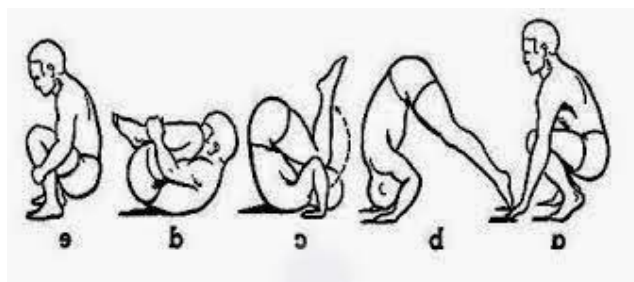


Teknik Dasar Roll Depan

- Awali dengan sikap jongkok, kedua tangan menumpu pada matras selebar bahu.
- Kedua kaki diluruskan, siku tangan ditekuk, kepala dilipat sampai dagu menyentuh dada.
- Mengguling ke depan dengan mendaratkan tengkuk terlebih dahulu dan kedua kaki dilipat rapat pada dada.
- Kedua tangan melepaskan tumpuan dari matras, pegang mata kaki dan berusaha bangun.
- Kembali ke sikap semula atau berdiri

Dengan latihan senam Lantai yang benar dan rutin, anda akan bisa menguasai cara berguling yang tepat dan aman.

2. Teknik Roll Belakang



Teknik Dasar Roll Belakang

- Jongkok, tekuk kedua siku tangan menghadap ke atas di dekat telinga, dagu dan lutut tarik ke dada.

- Guling badan ke belakang hingga bahu menyentuh matras, lutut dan dagu tetap mendekat dada, telapak tangan di dekat telinga.
- Bahu menyentuh matras, kedua telapak tangan menyentuh matras, gerakkan kaki untuk dejatuhkan ke belakang kepala.
- Jatuhkan ujung kaki ke belakang kepala.
- Dorong lengan ke atas.
- Jongkok dengan lengan lurus ke depan.

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi
Pertemuan pertama	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Berbaris ▪ Berdoa ▪ Presensi ▪ Menyampaikan tujuan pembelajaran ▪ Pemanasan statis dinamis karena senam harus bener benr melakukan pemanasan yang maksimal. <p>Inti :</p> <p>Guru membimbing siswa untuk :</p> <p>Mengamati :</p> <p>Siswa mengamati keterampilan gerak roll depan dan roll belakang , melalui pengamatan dan peragaan siswa lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru. Serta melihat pemutaran vidio mengenai roll depan roll belakang.</p> <p>Menanya :</p> <p>Siswa merumuskan pertanyaan mengenai hal hal yang berkaitan dengan roll depan atau roll belakang ,dan “bagaimana gerakan roll depan dan roll belakang loncat harimau ”, yang di mediasi oleh guru. Serta dari vidio yang telah di putar .</p> <p>Mencoba/mengumpulkan data :</p> <p>Siswa mempraktikkan keterampilan gerak roll depan dan roll belakang secara kelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai , sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin. Selama praktik tugas, siswa untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p>

	<p>Mengasosiasi :</p> <p>Siswa mampu menemukan cara yang benar tentang cara melakukan/mempraktikan roll depan dan roll belakang dengan kekuatan gulingan yang benar</p> <p>Mengkomunikasikan :</p> <p>Siswa mempraktekan keterampilan gerak roll depan dan roll belakang dan guru mengamati siswa selama melakukan (yang diamati adalah apakah siswa sudah dapat menguasai teknik roll depan dan roll belakang, misalnya Melakukan awalan pelaksanaan dan pendaratan dan , siswa dapat melakukan ke tiga tahapan tersebut dengan benar).</p> <p>Penutup :</p> <p>Melakukan pendingingan dengan colingdown supaya untuk melemaskan otot yang kaku</p> <p>Merefleksi kegiatan pembelajaran</p> <p>Berdoa</p>
Pertemuan kedua	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Berbaris ▪ Berdoa ▪ Presensi ▪ Menyampaikan tujuan pembelajaran ▪ Pemanasan statis dinamis karena senam harus benar benar melakukan pemanasan yang maksimal. <p>Inti :</p> <p>Guru membimbing siswa untuk :</p> <p>Mengamati :</p> <p>Siswa mengamati keterampilan gerak melempar roll depan dan roll belakang melalui pengamatan dan peragaan siswa lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru. Serta melihat pemutaran vidio mengenai roll depan roll belakang.</p> <p>Menanya :</p> <p>Siswa merumuskan pertanyaan mengenai hal hal yang berkaitan dengan roll depan atau roll belakang dan “bagaimana gerakan roll depan dan roll belakang loncat harimau ”, yang di mediasi oleh</p>

	<p>guru. Serta dari vidio yang telah di putar .</p> <p>Mencoba/mengumpulkan data :</p> <p>Siswa mempraktikkan keterampilan gerak roll depan dan roll belakang secara kelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai , sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin. Selama praktik tugas, siswa untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>Mengasosiasi :</p> <p>Siswa mampu menemukan cara yang benar tentang cara melakukan/mempraktikan roll depan dan roll belakang dengan kekuatan gulingan dan lecutan yang benar</p> <p>Mengkomunikasikan :</p> <p>Siswa mempraktekan keterampilan gerak roll depan dan roll belakang dengan dan guru mengamati siswa selama melakukan (yang diamati adalah apakah siswa sudah dapat menguasai teknik roll depan dan roll belakang, misalnya Melakukan awalan pelaksanaan dan pendaratan dan , siswa dapat melakukan ke tiga tahapan tersebut dengan benar).</p> <p>Penutup :</p> <p>Melakukan pendinginan dengan colingdown supaya untuk melemaskan otot yang kaku</p> <p>Merefleksi kegiatan pembelajaran</p> <p>Berdoa</p>
--	--

E. Alat dan Sumber Belajar

- 1. Matras
- 2. Tempat yang luas
- 3. Peluit

F. Penilaian

1. Penilaian Sikap

No	Nama	Aspek yang di nilai																jumlah	ket
		Kerja sama				Tanggung jawab				disiplin				Peduli terhadap lingkunga					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																			
2																			
3																			
4																			

Keterangan:

- 1 = kurang
- 2 = cukup
- 3 = baik
- 4 = sangat baik

2. Penilaian Pengetahuan

N O.	SOAL	KUNCI JAWABAN	SKOR
1	Bagaimana perkenaan saat mau melakukan roll depan?	1 menggunakan tengkuk	4
2	Bagaimana cara melakukan roll depan ?	<ul style="list-style-type: none">Awali dengan sikap jongkok, kedua tangan menumpu pada matras selebar bahu.Kedua kaki diluruskan, siku tangan ditekuk, kepala dilipat sampai dagu menyentuh dada.Mengguling ke depan dengan	4

		<p>mendaratkan tengkuk terlebih dahulu dan kedua kaki dilipat rapat pada dada.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kedua tangan melemaskan tumpuan dari matras, pegang mata kaki dan berusaha bangun. • Kembali kesikap semula atau berdiri 	
3	Bagaiman acara melakukan roll belakang?	<ul style="list-style-type: none"> • Jongkok, tekuk kedua siku tangan menghadap ke atas di dekat telinga, dagu dan lutut tarik ke dada. • Guling badan ke belakang hingga bahu menyentuh matras, lutut dan dagu tetap mendekat dada, telapak tangan di dekat telinga. • Bahu menyentuh matras, kedua telapak tangan menyentuh matras, gerakkan kaki untuk dejatuhkan ke belakang kepala. • Jatuhkan ujung kaki ke belakang kepala. • Dorong lengan ke atas. • Jongkok dengan lengan lurus ke depan. 	4
4	Apa yang harus di perhatikan pada saat melakukan roll depan dan roll belakang ?	Keslematan yang utama karena roll depan dan roll belakag rentan terjadi cedera bila tidak berhatiati.	4
	Jumlah skor maksimal		16

PEROLEHAN NILAI:

Nilai
=
Skor Perolehan
x4
Skor Maksimal

- a. Rubrik pemberian skor:
- Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap

- Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
- Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

3. Penilaian Keterampilan

No	Nama	Aspek yang di nilai								jumlah	Nilai
		Roll depan				Roll belakang					
		1	2	3	4	1	2	3	4		

Keterangan :

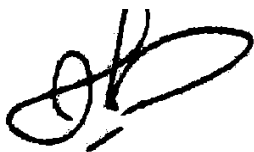
Skor 4 : apabila dilakukan dengan sangat sempurna

Skor 3 : apabila dilakukan dengan sempurna

Skor 2 : apabila dilakukan dengan cukup sempurna

Skor 1 : apabila dilakukan dengan kurang sempurna

Mengetahui
Guru Sekolah



Drs. HADI PURNAMA
NIP. 10650101 199803 1 008

Kalasan,
Mahasiswa



YUSFI ASHAR HANAFI
13601241038



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP NEGERI 3 KALASAN
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Sidokerto, Kel. Purwomartani, Kec. Kalasan
GURU PEMBIMBIN: Drs.Hadi Purnama

NAMA MAHASISWA : Yusfi Ashar Hanafi
NO. MAHASISWA : 13601241038
FAK/JUR/PR.STUDI : FIK/POR/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Drs, Amat Komari .M.Si.

No.	Hari, Tanggal	Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 18 Juli 2016	Salaman pagi	Melakukan 3s(senyum , sapa , salam) kepada siswa siswi yang berangkat kesekolah.		
		Upacara bendera	Melakukan upacara bendera di sertai penerimaan siswa baru smpn 3 kalasan bersama bapak ibu guru serta orang tua wali murid		

		Pembinaan karakter	Menyampaikan materi pembinaan karakter kepada siswa kelas 9B		
		Pembinaan karakter	Menyampaikan materi pembinaan karakter kepada siswa kelas 8B		
		Nomorisasi Buku Perpustakaan	Menulis nomor dan memberikan stempel pada buku baru yang ada di perpustakaan		

No.	Hari, Tanggal	Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
2.	Selasa 19 juli 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum , salam , sapa kepada siswa siswi yang berangkat kesekolah.		
		Halal bihalal	Melakukan halal bihalal dengan seluruh keluarga besar SMPN 3 kalasan.		

		Memberi motivasi	Memberikan motivasi serta di selingi game di kelas 8C dan 8D		
		Membantu perpustakaan	Memberi sampul buku di perpustakaan		
		Memberi motivasi	Memberikan motivasi dan game pada kelas 9c dan 9D		
3.	Rabu, 20 juli 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam dan sapa		
		Apel pagi	Mengikuti apel pagi bersama bapak ibu guru dan seluruh siswa siswi		
		Kerja bakti	Membersihkan basecamp PPL dengan menyapu dan mengepel.		
		Administrasi seragam	Membantu mengemas seragam untuk murid baru.		
4.	Kamis, 21 juli 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Mengajar terbimbing	Mengajar terbimbing bersama guru di kelas 8A		
		Mengajar terbimbing	Mengajar terbimbing bersama guru di kelas 8D		
5.	Jum'at, 22 juli 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Jalan santai	Melakukan jalan santai bersama siswa		

			siswi di sekitaran smpn 3 kalasan.		
		Mengajar terbimbing	Mengajar terbimbing bersama guru di kelas 9B		
6.	Senin, 25 juli 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S , Senyum salam sapa ..		
		Upacara bendera	Melakukan upacara bendera rutin hari senin.		
		Mengajar terbimbing	Mengajar terbimbing bersama guru si kelas 8C		
		Menyampul di perpustakaan	Membantu memberikan sampul buku di perpustakaan		
7.	Selasa, 26 juli 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam , sapa		
		Mengajar terbimbing	Mengajar terbimbing di kelas 9D		
		Mengajar terbimbing	Mengajar terbimbing kelas 8B		
8.	Rabu, 27 juli 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa .		
		Mengajar terbimbing	Mengajar terbimbing bersama guru di kelas 9C		
9.	Kamis, 28 juli 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa .		

		Mendampingi teman	Membantu teman mengajar kelas 8A denga materi sepak bola	Siswa sulit untuk di kendalikan	Dengan menggunakan pendekatan bermain yang menjerumus ke konsentrasi
		Mendampingi teman	Membantu teman mengajar kelas 8D dengan materi sepak bola	Siswa sulit untuk di kondisikan	Memberikan suatu pendektan dengan bermain
10.	Jum'at,29 juli 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Kerja bakti	Membersihkan lingkungan sekolah .		
		Mengajar	Mengajar kelas 9B dengan materi kekompakan	Siswa sulit untuk dikondisikan	Melakukan pendekatan dengan berdiskusi supaya lebih akrab
11.	Senin, 1 Agustus 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Upacara bendera	Melakukan upacara rutin hari senin		
		Mendampingi teman	Membantu teman mengajar kelas 8C dengan materi sepak bola	Siswa sulit undtuk di kondsikan	Mencoba memberikan refleksi kepada siswa
12.	Selasa , 2 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		

		Mengajar	Mengajar kelas 9D dengan materi bola voli	Siswi putri masih kesulitan melakukan service	Memberikan pengarahan serta pekeanan pada bola
		Mendampingi teman	Mendampingi teman mengajar kelas 8B dengan materi sepak bola	Sulit mengkondisikan siswa	Dengan melkukan pendektan bermain.
		Mendampingi latian tonti	Mendampingi dan membantu latihan tonti untuk kelas 7 dan di bantu oleh osis.		
13.	Rabu, 3 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Mengajar	Mengajar kelas 9c dengan materi bola voli	Siswi masih kesulitan untuk melakukan pasing dan service	Melakukan pembenaahan dan membentulkan serta memberitahu gerakan yang benar
		Pelatihan tonti	Melakukan pelatihan tonti untuk persiapan lomba gera jalan .		
14.	Kamis, 4 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Mendampingi teman	Melakukan mendampingi teman melakukan penilain dribble , pasing ,	Banyak siswa yang takut tidak bisa	Memberi penguatan

			shoting		
		Mendampingi teman	Mendampingi teman melakukan penilaian dribble , passing , shooting	Banyak siswa yang takut tidak bisa	Memberi penguatan
		Pelatihn tonti	Melakukan pelatihan tonti untuk persiapan lomba gerak jalan.		
15.	Jum'at, 5 agustus 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Olahraga gembira	Bermain voli dengan bapak dan ibu guru		
		Mengajar	Mengajar kelas 9B dengan materi bola voli		
16.	Sabtu, 6 agustus 2016	Pelatihan tonti	Melakukan penyelksian tonti untuk mewakili smpn 3 kalasan.		
17.	Senin ,8 agustus 2016	Salaman pagi	Melakkan 3S senyum salam sapa		
		Upacara bendera	Melakukan upacara bendera tia hari senin		
		Mendampingi teman	Mendampingi teman melakukan penilian di kelas 8C		
		Pelatihan tonti	Melakukan seleksi tonti untuk persiapan lomba gerak jalan.		

		Ngecat lapangan	Mengecat garis lapangan bola voli.		
18.	Selasa, 9 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa .		
		Mengajar	Melakukan penilaian bola voli kepada kelas 9D	Siswa takut untuk mecoba	Melakukan penguatan kepada siswa
		Mendampingi teman	Mendampingi mengajar kelas 8B dengan melakukan penilain sepak bola		
		Mendampingi tonti	Mendampingi latihan tonti siswa yang terpiih dalam seleksi kemaren		
		Mengecat	Mengecat garis lapangan bola basket		
19.	Rabu, 10 agustus 2016	Salam pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Mengajar	Melakukan penilaian bola voli kepada siswa kelas 9C	Siswa putti takut untuk melakukan	Melakukan penguatan
		Mengecat	Melakukan pengecatan lapangan bola voli .		
		Ekstra bola voli	Membantu melakukan ekstra voli puta putri		
20.	Kamis, 11 agustus	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		

	2016				
		Mendampingi teman	Mendampingi mengajar kelas 8A materi bola voli		
		Mendampingi teman	Mendampingi mengajar kelas 8D materi bola voli		
		Pelatihan tonti	Mendampingi siswa siswi latihan tonti persiapan lomba gerak jalan.		
21.	Jum'at, 12 agustus	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Mendampingi tonti	Mendampingan ltihan tonti		
		Mengajar	Melakukan penilaian bola voli di kelas 9B		
22.	Sabtu, 13 agustus 2016	Upacara Hari Pramuka	Mengikuti dan mendampingi kelas 8A dan 8B mengikuti upacara di lpangan bayen.		
		Lomba tonti	Mendampingi siswa dan siswi lomba tonti yang bertemat di lapangan bayen .		
23.	Senin, 15 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		

		Apel pagi	Melakukan apel pagi bersama bapak ibu guru dan siswa siswi		
		Mendampingi teman	Mwendampingi mengajar kelas 8c dengan materi bola voli .		
24.	Selasa, 16 agustus 2016	Salaman pagi	Melaukan 3S senyum salam sapa		
		Mengajar	Melakukan pembelajaran senam lanti di kelas 9D namun sebelum senam lantai melakukan tes kebugaran jasmani 2.4km	Siswa mengeluh capek	Meskipun mengeluh namun tetep atusisas melakukan senam lantai yang merupakan uji diri.
		Mendampingi teman	Mendampingi mengajad dengan materi bola voli		
25.	Rabu, 17 agustus 2016	Upacara HUT RI	Melakukan dan mendampingi siswa kelas 8C dan 8D upacara HUT RI di lapangan raden ronggo kalasan.		
26.	Kamis, 18 agustus 2016	Mendampingi teman	Mendampingi teman melakukan penilaian bola voli di kelas 8A		
		Mendampingi teman	Mendampingi teman melakukan penilaian bola voli di kelas 8D		
27.	Jum'at 19 agustus 2016	Kerja bakti	Melakukan kerjabakti membersihkan lingkungan sekolah		

		Mengajar	Melakukan pembelajaran senam lantai dan pengambilan tes kebugaran jasmani lari 2.4km	Siswa banyak mengeluh capek	Meskipun mengeluh siswa tetap atusias melakukan pembelajaran.
28.	Senin, 22 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Upacara bendera	Melakukan upacara bendera hari senin		
		Mendampingi teman	Mendampingi mengajar teman dengan melakukan penilaian bola voli		
		Mural tembok depan	Melakukan mural di tembok depan sekolahan dengan hiasan bantuk nusantara.		
29.	Selasa, 23 agustus 2016	Mengajar	Melakukan penilaian senam lantai yang meliputi roll depan dan belakang di kelas 9D	Siswa takut untuk melakukan gerak roll belakang	Memberi pengutan dan memberikan contoh gerakan roll belakang
		Mendamping teman	Mendampingi mengajar dengan melakukan penilaian kelas 8B materi bola voli.		
30.	Rabu, 24 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Mengajar	Melakukan pengambila data	Siswa banyak mengeluh	Meskipun mengeluh

			kebugaran jasmani lari 2.4km dan di lanjutkan penilaian senam lantai	capek	siswa tetap atusias melakukan pembelajaran
31.	Kamis,25 agustus 2016	Mengajar	Mengajar lari jarak pendek kelas 8A		
		Mendampingi teman	Mendampingi mengajar di kelas 8D dengan materi lari jara pendek		
32.	Jum'at ,26 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam , sapa		
		Olahraga gembira	Melakukan olahraga gembira voli futsal dan joget bersama sama		
		Mengajar	Melakukan penilaian roll depan dan roll belakang	Siswa putri takut untuk melakukan roll belakang	Memberi motivasi dan memberikan contoh gerakan roll belakang
		Mural tembok depan	Melanjutkan mural tembak yang kemaren.		
33.	Senin, 29 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Upacara bendera	Melakukan uupacara rutin hari senin.		
		Mendampingi teman	Mendampingi mengajar kelas 8C		

			dngan materi lari jarak pendek		
34.	Selasa,30 agustus 2016	Salaman pagi	Melakukan 3S senyum salam sapa		
		Mengajar	Mengajar kelas 9Ddengan materi lempar lembing		
		Mendampingi teman	Mendampingi menngajar kelas 8B dengan materi lari jarak pendek .		
35.	Rabu,31 agustus 2016	Mengajar	Melakukan pembelajaran dengan mengajar materi lempar lembing di kelas 9C		
		Ekstra bola voli	Mendampingi dan membantu ekstra bola voli .		
36.	Kamis,1 september 2016	Mendampingi teman	Mendapingi tema mengajar di kelas 8 A dengan materi senam lantai		
		Mendampingi teman	Mendampingi teman mengajar kelas 8D dengn materi senam lantai		
37.	Jum'at,2 september 2016	Senam pagi	Melakukan senam pagi dengan bapak ibu guru serta siswa siswa smpn 3 kalasan.		
		Mengajar	Mengajar kelas 9B dengan materi lempar lembing		

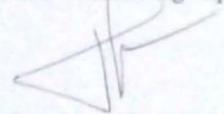
38.	Sabtu, 3 september 2016	Mengajar	Mengajar kelas 9A dengan materi lempar lembing		
39.	Senin, 5 september 2016	Upacara bendera	Melakukan upacara rutin hari senin.		
		Mendampingi teman	Mendampingi temn mengajar kelas 8C dengan materi senam lantai.		
40.	Selasa,6 september 2016	Mengajar	Mengajar kelas 9D dngan materi permainan bola basket.		
		Mendampingi teman	Mendampingi teman mengajar kelas 8B dengan materi senam lantai.		
		Class meeting	Menyelenggarakan lomba futsal untuk cowok dan basket untuk putri .		
41.	Rabu, 7 september 2016	Mengajar	Mengajar kelas 9C dengan materi permainan bola basket		
		Class meeting	Melanjutkan lomba /class meeting kemaren dengan lomba futsal dan basket		
42.	Kamis, 8 september 2016	Mendampingi teman	Mendampingi teman mengajar senam lantai di kelas 8A		
		Mendampingi teman	Mendampingi teman mengajar di kelas 8D	Siswa tidak berani mencoba	Memberikan contoh dn cara melakukan yang

					benar.
		Class meeting	Melakukan clas meeting kemaren dengan agenda babak semifinal futsal dan basket.		
43.	Jum'at, 9 september 2016	Class meeting	Acara final class meeting basket dan futsal		
		Perpisahan PPL	Acara perpisahan di isi dengan pentas seni dari siswa siswi , bapak ibu guru dan masiswa uny sendiri.		
44.	Selasa ,13 september 2016	Qurban	Penyembelihan hewan qurban dan seluruh bapak ibu guru serta siswa siswi melakukan masak bersama		
		Mural	Melanjutkan mural tembok depan .		
45.	Rabu, 14 september 2016	Penarikan	Penarikan mahasiswa PPL oleh Kepala sekolah , DPL dan GPL		

Kalasan, 10 September 2016

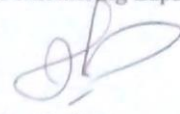
Mengetahui/ Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs. Amat Komari, M.Si.
NIP. 196204221990011001

Guru Pembimbing Lapangan



Drs. Hadi Purnama
NIP. 196501011998031008

Mahasiswa



Yusfi Ashar Hanafi
NIM 13601241038

DOKUMENTASI

salaman Pagi



Mos



Halal bihalal



Kegiatan mengajar



Mendampingi teman mengajar



Upacara 17 Agustus



Upacara Hari Pramuka



Ekstrakurikuler Bola Voly



Pendampingan Pelatihan Tonti



Pendampingan Lomba Tonti atau Gerak Jalan



Olahraga Gembira hari Jum'at



Mengechat lapangan



Mural



Class meeting



Perayaan Idul Ad'ah



Perpisahan



Penerjunan



Penarikan



Foto bersama Guru Penjas





KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/ LEMBAGA
PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN 2016....

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : SMPN 3 KALASAN
Alamat Sekolah/ Lembaga : Jl. Sudokerto, Kel. Purwodarmasari, Kec. Kalasan, DIY Fax./ Telp. Sekolah/Lembaga : 55571
Nama DPL PPL/ Magang III : Drs. Anant Komar, M. Si
Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : PJKR
Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : Dua (2)

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1	21 Juli 2016	2	Penyusunan materi dan media		
2	8 Agustus 2016	2	evaluasi RPP		
3	31 Agustus 2016	2	evaluasi proses Pembelajaran		
4	13 September 2016	2	Penyusunan laporan		

PERHATIAN :

- ☛ Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL/ Magang III (1 kartu untuk 1 prodi).
- ☛ Kartu bimbingan PPL/ Magang III ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL/ Magang III setiap kali bimbingan di lokasi.
- ☛ Kartu bimbingan PPL/ Magang III ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL/ Magang III untuk keperluan administrasi.

Mengetahui,
Kepala Sekolah / Lembaga

Moh. Toram, S.Pd
NIP. 196106101984121006

Kalasan, 27 September 2016
Mhs PPL/ Magang III Prodi PJKR

Yufi Ashar Hafid, Diva Florentina
NIP. 1361241038 13601241018